監修　鈴木大拙
編集　西谷啓治

講座

第二巻　禅の

筑摩書房

目次

第二巻　禅の実践

禅の修行

柴山全慶

一

無門慧開禅師は、その著『無門関』の自序に次のごとき頌を提示している。

　大道無門　　大道無門

　千差有路　　千差路あり

　透得此関　　此の関を透得せば

　乾坤独歩　　乾坤に独歩せん

第一義的にいえば、禅への道は必ずしも伝統的な旧来の道標によらねばならぬ道理はない。起居動静、着衣喫飯、いかなる時いかなる処も、禅への道即ち禅修行の道場ならざるところはない。まことに無門であり、また千差の路があるからである。

たとえば、禅書に次のような記述がある。

ある時、玄沙禅師（八三一－九〇八）の下に、鏡清という若い僧が道を求めてやって来た。

鏡清「私は初めて修行に出た者でありますが、禅へはどこからはいったものでしょうか。」
玄沙「お前はあの谷川の音が聞えるかい。」
鏡清「はい、聞えます。」
玄沙「ではそこからはいるがよい。」
鏡清は後に雪峰禅師の下で大悟するに至ったのであるが、この時も何か大いに得るところがあったと記されている。
後に姚通判（ようつうはん）なる居士がこの問答をあげて、僊巌（せんがん）の安禅師に尋ねた。
姚通判「その時、鏡清が聞えますと答えたからよかったものの、もし彼が聞えませんと答えていたら、玄沙はどう教えたでしょうか。」
安禅師「居士よ。」
姚通判「はい。」
安禅師「そこからはいるがよい。」
まことに抜く手も見せぬ見事な答話であった。しかし、姚通判もまた、この一拶下に悟るところがあったと記されている。
また三光国師（一二七一—一三六一）は、わが国南北朝時代の禅の巨匠であるが、次のような有名な問答が残されている。ある時、一僧が「禅の真髄はいかがでしょうか」と問うや、
三光「照顧脚下」（脚下を照顧せよ）
と答えられている。この「照顧脚下」の一語は、今日もなお禅寺の玄関先の柱根に掲示せられ、普通は「履物の乱雑さを警告する言葉」として見られているのであるが、これはむしろ拡大した解釈であり、その真意は「脚下をよく見よ、お前は今どこに立っているのだ」と言うべきであり、立処皆これ禅の妙旨ならざるない、と示されているのであ

る。

まことに大道は無門であり、禅への道は立処に露堂々だと言うべきである。しかし、大道無門の妙諦は、すでに一関透過の体験者が、その体験せる大道に立って、第一義的立場よりする提言であり、未透の人々にとっては容易にうなずき得ることではないのである。

それどころか、禅修行実践の一路は、まことに難中至難のことだと言うべきであろう。それは現実のわれわれにとって、さまざまな内外の逆縁がこれをはばみ、禅への目覚め、即ち霊性への自覚を強く遠ざけているからである。

古今の英俊として仰がれる臨済禅師さえ、幾度か師の痛棒を喫し、「山僧そのかみ見処(けんじょ)あらざるとき黒漫々地なりき」とか、「これ娘生下にして得るに非ず、体究錬磨して一朝に自から省す」とかいう、往時を追懐した涙ぐましい言葉が残されている。

あの謹厳重厚な如浄禅師にも「儂(わし)はこれまで汝らをいたく叱責して痛棒を喫せしめたが、これも仏になり代って汝らを悟入せしめんがためであった。どうか慈悲をもって儂の暴挙を許してくれよ」と言われたので、「衆僧みな流涕しき」と、感激の言葉がその弟子道元禅師によって語られている。

近年まれな激しい態度で衆僧を接得していられた筆者の師霧海老師は「師家は四十に学者は二十」と口癖のように言い、寄る年波と共に峻烈な気力の衰えを自から嘲りつつ、惰弱に流れんとする道場の修行ぶりを残念がっていられたのが忘れられない。

「法のためには喪身失命を避けず」とは、古来禅門における修行の標榜である。

近代人の生活が、いわゆる文化生活を追うあまり、いたずらに肉体や精神の快適のみを追求し、すべてがただ容易平明の一面に流れ、かえって逞(たくま)しい意志力を失いつつある傾向を示すとき、激しい忍耐と強い意志力とを要求する禅修行の態度は、禅界のみか一般へのかかる傾向に対する一つの匡救(きょうきゅう)となるのではなかろうか。

この意味において、一見粗野無謀とも見える方途の下に、自然児的な精神の自由と、意志の強靭とを得んとする禅者の修行は、今日の視野にも一つの重要な意義をもつのではないかと考えられる。

近年アメリカにおいて、禅に対する関心が高まると共に、努力や苦痛を伴なう修行を用いず、科学的に精製した一種の麻薬を服用して、この世の繋縛（けばく）と憂苦から離脱し、そこに神秘的な自由の心境が得られるといい、これを禅経験と結びつけようとする一部の人士がある。大きい誤りではなかろうか。

人生の憂苦から解放せられたいということ、生きることにつきまとう業因とでもいうべきさまざまな繋縛から解脱して、一種の自由と安心とを得ようとすることは、すべての宗教の果さんとする願望であると言ってもよい。

しかし、真の宗教においては、これを果すに人々が激しい鍛錬をいとわず、正しい思想的心理的経過を着実に辿ることによって、ようやく獲得する人格的経験によるべきものであり、単なる消極的な離脱や自由と次元の相違があるように思う。

これに反して、神秘的麻薬の服用を考える人々は、一切のこうした修的労苦の過程をきらい、化学的に研究して創出した薬品の力により、何らの人格的労苦を要せず、物理的に安易にこれを実現しようとするところに大きい相違がある。

昨年アメリカ滞留中、筆者はよく「悟りの薬」と言われている「ＬＳＤ」服用の心境と、禅経験との比較を問題にした質問に出会ったことがあり、事実この薬の服用を試みたという、某哲学者とも両三回話合ったことがあったほどである。

このように、薬品を服用して経験する一種の神秘的安心感とか、神秘的解放感とかは、よしそれが何らかの心理的解放や自由を味得させたとしても、そこには持続性が問題であり、かつ創造的な力を含めた人格性にも問題があり、むしろこれを喪失せしめる消極的なものであり、禅においては古来「魔境」の一種として退けられているものではな

かろうか。

古禅哲が「門より入るものは是れ家珍にあらず」と強く誡めているように、客観的に外より来るものはむしろ似て非なるものと断言できるように思われる。

いうまでもなく禅への参究は、生きた人格性につながるものでなければならない。『臨済録』に示されている「無位の真人」の自己実現である。したがって禅への道は、いかに高く嶮しくとも、払うべき努力は潔よく払い、徒らなる安易についてはならないと思う。

道元禅師の「道を得るとは身を以て得るなり」という一句は、禅の修行における千古の金言である。終始人格性を絶対とする禅の修行は、古来「己事究明」といわれているように、自己自身の根本的解決であり、したがって自己に向い最高の至誠心を傾け、忠実にその辛苦をいとわぬ覚悟の要ることは当然であろう。

もちろん禅における修行の実践といえども、さまざまの歴史的経過をもち、特に只管打坐を中心とし、妙修を立場とする本覚的な性格の強い曹洞系の禅と、以悟為則を中心とし、見性経験を必須とする始覚的な性格に立つ臨済系の禅とは、その宗風の相違より、その修行実践の態度にもおのずから異るものがあり、必ずしも同一の様相を示しているわけではない。しかし、その根本的意味と、その実践的帰結とに、大きい修的特質を失うものではないはずである。

二

人間が他の動物と異る最大の特異性は、人間が文化をもつということであり、文化をもつということは、人間が他の動物と異り、自分で自分を見る智力を備えているということであり、さらに言葉を換えて言えば、静かに自分を反省する智力を備えているということである。反省は批判心でありまた分別心である。われわれ人間の文化は、こうした高い智力による批判心によって、一歩一歩築き上げられてゆくものである。

また、こうして人間が高い智力をもったことは、批判心と共に一面また深い苦悩を経験するに至ったといえる。反省し、批判し、分別するということは、おのずからそこに、自他の対立を意識し、ある姿とありたき姿とを意識することであって、人間はそこに深い矛盾と苦悩を自覚するに至るからである。

そこで人間は、自分のもつ反省や批判が深ければ深いほど、自分の現実の姿をはっきり知るようになり、そこにおのずから自己の無力さ有限さを凝視し、ついには人間の限界を自覚するに至り、深い矛盾や苦悩に撞着するのが、人間の特異性であり、人間の尊さであると言うことができる。

しかも、こうした人間一般の特性のほかに、個々の人間にはそれぞれ異った、人生上のさまざまな難問題が発生し、その矛盾や苦悩は一層切実なものとならざるを得ない。われわれにとって、人生が越えがたい深淵として横わるゆえんである。

しかし、人間が矛盾に苦しみ、苦悩を歎くということは、その優れた智力が、ある姿からありたき姿へのり越えんとする、尊い産みの苦しみと見ることができよう。即ち矛盾や苦悩は、それをのり越えたい願求であり、欲求の現われだからである。

かくてわれわれ人間は、数知れぬさまざまの欲求をもち、その欲求をそれぞれ充足することによって、生き甲斐と愉悦とを感ずるものである。思えば生きるということは、欲望の追求とこれを満たす悦びに尽きると言っても過言ではないと思う。

ところで、その数限りない欲求の中で、人間のみのもつ特異な欲求がある。一応これを宗教的欲求と名づけることにしよう。あるいはこれを、霊性的欲求と言ってもよいと思う。

この宗教的欲求が、他のあらゆる欲望の追求と異る点は、他の欲求がいずれもこの自己、この人生の、同一次元においてなされるものであるのに対し、宗教的欲求は、この人生の矛盾と苦悩に絶望し、人間の限界に直面し、絶対の

危機として人格を根柢から揺り動かし、ついに人間全体、歴史全体、人生そのものへの対決という、絶対否定のどん底から「新しい自己に生れ変る、別次元の心境に目を開く、絶対者に抱かれる」などという、むしろ他の欲求と逆なコースの上に充足される、霊性的悦びであり、そこに新しく人格の基礎をすえ、かえって現実を生きぬく力と安心とを得るものだからである。

従って、かかる充足と法悦とには、おのずから自己の根源的解決という意味を伴っており、普通この宗教的体験のことを「感情的に救いと言い、心理的に悟りと言い、知性的に覚証と言い、認識的に見性と言い」、その表現上に語感の相違があるとしても「永遠に生き、真実に目覚め、人生に新しい見地を開く」という、霊性的欲求の充足を内容とする消息、即ち安心立命を得るという点に至っては、何らの差異のあるべきはずはない。

自己を見つめ人生を見つめる心眼が深ければ深いほど、こうした霊性的消息にふれないでは、真の安心と落着きが得られないところに、人間の人間たるゆえんがある。従って宗教への欲求は、ある意味で人生の最も強く、最も根深い欲求の一つと言うことができ、時には生き甲斐のすべてを賭して省みない激しさを見るものである。普通に「求道心」とか「参究心」とかいわれる意志的精進力は、こうした人間性の深さに根ざした、宗教的欲求の現われというべきであろう。

かかる宗教的欲求、永遠へのあこがれは、人間の人間たる限り離れられない、霊性の渇きとでも言うべきものであって、一度この渇きを意識する限り、何らかの形においてこれを満たし、これを癒やさんと努力するのが自然であり、宗教的修行は、その努力につれて自然発生的に行われるに至ったものと言うべきであろう。

禅は、特に臨済系の禅は、こうした霊性的消息、宗教経験の事実を徹底主張し、一切の宗教的生命をこの一事に賭けているのである。従ってその修行の方途は、おのずから実証的性格を中心とし、古来「直指人心、見性成仏」を標榜し、最も端的に、最も真剣に身を以って行じて行くところに、その宗風的特徴をもっているのである。

三

宗教経験を「実証底」として、この人格上に実現せんことを主張する禅の修行は、臨済禅師がその語録に「三界は安きことなく猶火宅の如し、これは是れ汝が久しく停住する処にあらず」と示されているように、その出発が常に現実の虚妄性苦悩性を反省痛歎するところにあり、そこに願求される真実性安心性への参究に、その精魂を尽し、人格を根柢から揺り動かす必死の危機に直面し、そこに行じられて行くものであることは言うまでもない。

特に初期禅匠たちの修行実践の経過は、最後の爆発回心に至る危機の醸成に、何ら既定の修的方途をもたず、ほとんど自然的経過に随ってこれを遂行した、一種の選ばれたる人々のみであったと言い得ると思う。

たとえば、徳山宣鑑禅師は、禅の伝燈史上龍潭崇信禅師の法嗣となっている唐代の一禅匠であるが、彼の禅経験は、いまだ禅界に禅的修行の方途の確立を見なかった当時にあって、最も典型的な修的経過をたどった一人の祖師である。

徳山禅師は中国の奥地蜀の人であった。その当時一般の僧徒のたどる経路にしたがって、まず戒律を修め、続いて仏教の学問的研究に精通し、特に金剛般若経に造詣が深く、常にこれを講じて好評を博し、世間から彼を周金剛とあだ名するほどであった。(周は彼の姓である。)

ところが彼は、近来南方に禅の教徒たちがいて、その法席すこぶる盛大であると聞き、内心大いに不平であった。それは、仏教の教えによれば、出家児たるものは「千劫に仏の威儀を学び、万劫に仏の細行を学び、幾度も生れ替り死に替りして修行にはげみ」、それでもなお容易に成仏ができないといわれているではないか。それなのに、南方の禅魔どもは「直指人心、見性成仏」などと言う、以ってのほかのひがごとである——というのである。

意気盛んな彼は、ついに「われ禅魔の窟穴をくつがえし、その種族を滅ぼし、仏恩を報ずべし」と豪語し、金剛経の疏鈔を背負うて郷関を出で、雄々しく湖南の地に旅立ったのである。

彼が意識するとしないは別として、この時彼の内心には、知性による分別の世界と、自由に知性を超える無分別の宗教的霊性的世界との、激しい葛藤を生じたと見ることができる。これを宗教的な大疑と言ってもよいであろう。こうした内面的葛藤に直面する限り、人間はこれを解決し、これを超克しないではいられない衝動にかられるのが自然である。いわば彼はこの時、内心のもつ霊性的欲求に催されて、すでに重要な修の過程を自然にたどりつつあったと見ることができる。

そこで、彼はまず、澧州の龍潭へ行こうと考えたに相違ない。そこには六祖禅の法系に立つ、崇信禅師がおられたからである。

徳山禅師はいよいよ山に登るにあたって、路傍に一軒の茶店があるのを見つけ、そこで一休みしながら点心（軽い昼食のこと）を食べようとし、その茶店に入って居合せた老婆に点心を注文した。ところがこの老婆が只だ者でなかったらしい。

何か気負い込んだようすの若い僧を見て心が動いたのかもしれない。傍に下した負篋を指して、思いがけなくこの周金剛に問いかけた。

老婆「その笈の中は何ですかい。」

徳山「これか、金剛経というありがたいお経の講義書なんだよ。」

老婆「そうですかい、では私に注文があります。もし私の問いにうまく答えていただけるなら、点心はご供養申しましょう。しかし立派にお答えができねば、点心はよう差し上げません。」

徳山「そうか、何なりともおききき。」

老婆「金剛経には、過去心不可得現在心不可得未来心不可得とありますが、あんたはどの心を点ぜようとされるのです。」

果然、一徹であったが正直者の周金剛は、思いがけないこの一問に、はたと行きづまって答えることができなかった。学解の範囲を出でぬ註釈にたよる限り、明快な答えのできる次元の消息ではないからである。茶店の一老婆から見事な敗北を喫した彼は、ついに点心を受けることができなかったのである。

しかし、老婆の一問は、彼の内心にわだかまる宗教的大疑を、一瞬にして意識的なるものに転じ、かえって彼を絶対の危機へと追いやるに役立ったに相違ない。このことは彼が人並以上のたくましさをもつ意志的な人物であっただけ、いっそうはげしく求道の一路に追い立てる結果となった。おそらく彼は、思いつめた必死の勢いで龍潭へ登って行ったことが想像できる。一度内に目覚めた激しい宗教的欲求は、最後の鉄壁を破らない限り止みがたいのは、人間が等しく内に秘めた霊性のはたらきだからである。心中の工夫は自然に止むことなく、ますます尖鋭化して行ったに相違ない。

さて、いよいよ龍潭に到るや、徳山は法堂に上って高声に呼びかけた。「久しく龍潭と天下に鳴り渡っているのに、来てみれば潭も見えなければ龍も現われないではないか」と。

この一語を見る限り、彼も最後の極限にまで自己を追いつめていたことがうかがえる。臨済禅師は「大地黒漫々」と言い、白隠禅師は「万里の氷層に坐する」と形容せられている。今や彼もそのような絶対無の深淵、一念不生の場に到っていた趣きがある。

この勇ましい呼びかけを聴いた崇信禅師は、静かに身を引いて「汝親しく龍潭に到れり」と答えられた。さすがにと思われる鋭い答話であるが、機縁いまだ熟せざるか、周金剛は一言の答えもできなかった。ついに彼はしばらく留まって修行を続けることになった。

ある日の夕であった。徳山は崇信禅師の室に入って参究の一時を過していたのであろうか。崇信禅師より「夜も更けた、いちおうお下り」と言われ、徳山は挨拶して部屋を出ると、急に振り返り「外は真暗です」と言う。そこで禅

師は紙燭を点して差し出された。ところが、彼が手を出してまさにその紙燭を受取らんとした一瞬である。禅師はたをこめて一息にその紙燭を吹き消された。

その一刹那、徳山は閃めくような心の転機に逢着したのである。史書には「大悟して便ち礼拝す」と記されている。尽天尽地一凝心の極処において、とつじょとしてこれを撥転する妙機に恵まれたのである。自己ならざる自己の蘇生である。白隠禅師が「氷盤を擲砕するが如く、玉楼を推倒するに相似たり」と形容せられている転機である。

この時意識の全機構は、まったく別次元のものとして展開せられて来る。これを禅経験と名づけ、霊性的自覚と名づけ、真我の発見という。また伝統的な言葉でこれを見性という。禅修行における向上的一段階の完成である。(禅にはなお、向下の修行、悟後の妙修等といわれることがあるが、ここではふれぬ。)

徳山はもはや昨日までの徳山ではない。翌朝に至るや、彼ははるばる携えて来た金剛経の注釈を法堂の前に投げ出し、

「諸の玄弁を窮むるも一毫を太虚におくが如く、世の枢機を竭すも一滴を巨壑に投ずるに似たり」

と言って、一炬にこれを焼き払った——と記されている。

以上の実例によっても明らかなるごとく、禅の修行は、大疑の激発、精進工夫、危機の醸成、一転機の活現という、一連の心理的過程を経過するのが普通である。(自然的修行時代の禅匠たちは、その修行の経過がすこぶる個性的であり、必ずしも同一の経過をたどっていないことも事実であるが、その禅経験に至る心理的経過は、深い洞察を必要とし、単に表面的な記述のみによって速断してはならないと思う。)

四

前述のごとく、がんらい禅の実践的修行は、最も個性的に、しかも自然発生的な経過において行われていたもので

あることはいうまでもない。

しかし、翻って見るに、われわれの人生生活はきわめて複雑であり、主観的にも客観的にもさまざまの条件に妨げられ、かつ万人が等しく恵まれたる自然的経過をたどり得ないことは争われない事実である。

そこで多くの先哲祖師たちの老婆心は、かかる自然発生的な修行の経過を反省し、自己の体験に照らしつつ精錬し、歴史的推移の方向に順応しつつ誘導指示せられたところに、おのずから現存するごとき求道の方途、即ち禅修行実践の方式が形式づけられたと見るべきである。

いずれにしても、今日禅界において行われている、禅の実践的修行は、古人が自然的にたどった実践的苦修の心理的肉体的過程を、現前の修行者の上に再現を企図するために行われている方途と言うべきであろう。

今日各地に存在する、禅堂または専門道場と呼ばれている禅修行の道場は、上述のごとき意味の修行実践の施設であり、修行者に対し精神的な装備として、特に、

一、修行完遂の願心力として大信心を
一、参究心持続の意志力として大精進を
一、矛盾や苦悩追求の智眼として大疑団を

挙げ、「三者一如」の態度を強調し、さらに実践的な手段として「提唱、坐禅、公案、参禅、作務」などにより、目的完遂のため己定の規矩にしたがって、厳格にこれを行っている。

すなわち禅修行の道場は、古人の芳躅を慕い、古人が自然的経過において苦修し実証した法悦の実際を、今日この身心に再現し実証せんとする特殊の施設である。(いうまでもなく今日の専門道場は、かかる第一義的な目的のみでなく、禅僧としての一般教養という第二義的な教育をも含んでいるのであるが、いぜんとして第一義的な方向にその主たる力を注ぎ、他はほとんど省みられていないのが実状である。)

五

禅の専門道場における実践的修行の実際を詳述することは、冗長のきらいもあり、かつ頁数の制限もあって、省略しなければならないので、ここでは禅意識の醸成、即ち最後の危機を現成せしむるに最も関係深い、道場における実践的修行の根幹をなす「提唱、坐禅、公案、参禅、作務」についてのみ略述することにする。

提唱（講座ともいう）。

禅の道場において、師家（修行者指導の先生に当る役柄、これを普通は老師という敬称で呼んでいる）は毎週二、三回修行者（僧侶は雲水と呼び、俗人は居士と呼んでいる）を一堂に集め、祖師の語録を提唱することになっている。（提唱の回数はそれぞれの道場において適当に定められ、一定していない。）

道場においては普通「講義と講話と提唱」とは、異るものとしてはっきり区別せられている。「講義」は、文字の義解や文意の思想的理解を中心とする講述のことであり、「講話」は主題を平易に、また時には人生読本風に語ることであり、この二つは特別の場合のほか、道場においては試みられないのが常識になっている。

これに対し「提唱」は、これらと全く異り、聴者の理解を意に介することなく、師家その人の禅体験に立ち、原典を通じてこれを提示唱揚することであり、いわば禅の体験的消息をそのまま挙揚することが主とせられている。師家は一切の説明を排し、聴衆の知性に傾くのを拒むからである。もちろんこの時附随して、祖師苦修の芳躅を称揚し、修行者たちの意気を激励し、古人の修的心理的経過を再現するに役立てんとするのが普通である。

この提唱により、修行者は常に禅の風光にふれると共に、不断に参究心を鼓舞せられ、勇猛心をかき立てられるのである。

坐禅。

梵語の「禅那」に由来するものであるが、今日禅堂における坐禅は、原始仏教の禅那と異る内容となっている。これに狭義と広義の両意をもち、実践的には必ずしも単純ではない。まず静閑なる場所を選び、厚く坐蒲団を敷き、これに結跏趺坐（場合によっては半跏趺坐）して、身体を調え、呼吸を調え、心意を調え、専一に道に参じ工夫を凝らすことである。

しかし、只管打坐を宗風とする曹洞禅においては、本覚的に坐そのものに、仏祖の正伝を見んとする工夫を主とするのに対し、以悟為則を宗風とする臨済禅においては、坐を公案の工夫と並行して、参究の手段とする様相が深い、始覚的な宗風は、坐臥動静を超ゆる自覚に中心をおくからである。

六祖慧能大師の定義にしたがえば「外善悪の境界において心念起らざるを坐といい、内自性を見て動ぜざるを禅という」とせられているのが「坐禅」である。

しかし、体験的には、善悪の境界において心念起らざることは、そのまま自性を見ることであり、畢竟して坐禅は、そのまま語黙動静一如の工夫に、根源的な得力をもたらすものと見るべきであろう。

今日専門道場には、禅堂と称する特殊な建物があり、一衆がそろって所定の規矩のもとに、日夜坐禅につとめている。（作務その他の公用の時を除き。）

特に、時折り行われる一週間宛の大接心には、昼夜を通じて坐禅が行われ、工夫を純一にして心華開発を誘発せんとするのである。

公案。

以悟為則の宗風に立つ臨済禅の実践的修行においては、坐禅と並行し、場合によってはさらにいっそう重要視して、修行者に公案を与え、その修行をより効果的に押しすすめているのが実際である。（もちろん徹底した個人教育である師弟の間において、いかなる時いかなる公案を修行者に与えるかは、まったく師家の任意にゆだねられている。）

がんらい公案とは「公府の案牘」という熟語より出た禅語であり、「役所の公文書」という意味ではあるが、さらにこれが展開して「公は聖賢その轍を一にし、案は聖賢の理とするところを記す正文」とせられ、ついに「至理の所在、大道の帰結するところ」を意味すると言われている。（現成公案という場合もあるが、ここではしばらくふれぬことにする。）

具体的には、祖師先哲の残されている、問答法語等を公案といい、たとえば、

「趙州和尚、因みに僧問う、狗子に還って仏性ありやまた無しや、州曰く、無。」

「趙州因みに僧問う、いかなるか是れ祖師西来意、州曰く、庭前の柏樹子。」

「南泉和尚因みに東西の両堂猫児を争う、泉乃わち提起して曰く、大衆いい得ば即ち救い、いい得ずんば即ち斬却せん。衆対うる無し、泉ついに之を斬る。」

「五祖曰く、譬えば水牯牛の窓欞を過ぐるが如し。頭角四蹄すべて過ぎ了わる、なんとしてか尾巴過ぐることを得ざる。」

「馬祖因みに大梅問う、いかなるか是れ仏、祖曰く、即心是仏。」

「死了焼了の後、いずれの処に向ってか相見せん。」

「いかなるか是れ父母未生以前本来の面目。」

「両手を打って声あり、隻手に何の声ありや。」

等々、数々の問答法語は悉くこれを公案ということができる。

したがって公案または話頭は、未だ「至理」に開眼せざる者にとって、何らの分別をも納れがたい鉄壁銀山のごときものである。

世上よく「公案」を「問題」と同義語のごとく使用している場合を見るのであるが、これは公案の真の語義および

職能をわきまえないことよりする、大きい誤解と言うべきである。

「問題」は同一次元においてゝ分別し推理して解く性質のものであるのに対し、「公案」は別次元への飛躍によって、人格的に契合すべきものである。したがって、別次元への開眼なき限り、会通の方途のないものである。

故にこれを実践的修行上より見る時、公案は大恵禅師の示されているごとく「従前の悪知悪覚を蕩尽する器杖なり」とすべきものである。即ちわれわれの分別意識の巣窟を砕く武器たる職能をもつものであり、宗教的大疑の激発を招き、禅意識の尖鋭化を助け、心理的に最後の危機に導く役割りを果すものというべきであろう。

始覚的宗風に立つ臨済禅においては、公案がその実践的修行上最も重要視せらるるゆえんである。

もちろん、公案を用うる実践的修行の方途は、初期禅匠たちのごとき、自然的修行の様相に比すれば、一種の人為的方途というべきであろう。従ってそこには人為に伴う一種の危険を附随し易いことも当然である。

即ち、公案が問題視せられ、いわゆる「知見解会」に堕する憂なしと言われない。人為的便宜が、しばしば人為的なるがために、その本来の使命を弱体化し、自然的たくましさを失うことは、禅修行のみならず世上一般に通ずる人間世界の悲哀である。

しかし、人為的便宜のために、一面において、一箇半箇的な選ばれたる人々にのみ恵まるる禅経験が、一種の大衆性をおび、比較的広い範囲の人々に法悦の機会を与え、かつ時間的にも長く幾世紀かの法燈を持続せしめた功績のあることも疑えない事実である。

従って、師家たる者はいうにおよばず、修行者も共に、この公案による実践的修行の功罪を熟知し、その弊を匡救する十分の注意を怠らず、古人の慈悲に酬ゆべきであると思う。

参禅。

参禅とは、普通喚鐘二声の合図にしたがい、一人ずつ師家の室内に入り、端坐の実践と公案の工夫による自己の見

所（もちろん参究の結果得たる禅的見所のことであって、知識的な義解や思索の結論の如きものではない）を提示することであり、古来これを「法戦」といっているごとく、互いの力量を傾けて一対一の体当りをもって商量し合うことである。また一対一の参禅として、これを「独参」といっている。

禅の道場においては、朝夕二回、古規の作法に随って、最も厳粛に参禅が行われるのであるが、大摂心と称せられる特別の期間は、一日四回ないし六、七回行われるのが普通である。

しかし、力量の相違はいうまでもない。激しい罵声と痛棒は容赦なく飛んで来る。修行者にとって、参禅入室が命を削る思いであることは当然である。

もちろん、この参禅入室は「総参」といい、全員参禅を強要せられる時のほかは随意であって、必ずしも毎回参禅するを要しない。特に新参の雲水が参禅し得られるはずはないのである。また志気鈍く天分に恵まれぬ普通の人間にとって、容易に参禅の確信をもつに至れないことも当然であろう。

しかし、もしも全くその人の随意に打ち任すとすれば、あるいは生涯その妙機に恵まれるに至らないともいえるのである。そこで、その精進力を引き立て、意識の純化を促進するために、禅堂内において一種の強硬手段が行使せられることとなる。

禅堂には、摂心の総取締ともいうべき「直日」という役名の古参の雲水が居り、自己の眼識によって目星をつけた修行者を引き出し、叱咤激励して参禅に駆り立てるのである。時に力及ばざる場合は、古参の雲水数名の腕力により、無慈悲にこれを引摺り出し、無理無体に参禅の室に追い立てるのである。

特に大摂心の時は、一日に五回七回と繰り返されるこの激しい熱鉄の苦闘である。明けても暮れてもこの無慈悲な腕力の追い立てと、師家の激しい罵声痛棒の連続である。ここに至ってようやく進退これ谷まり、精も尽き魂も尽き、覚えず知らず文字通り「黒漫々地」のどん底に追いつめられて行く。

今日、禅における実践的修行は、人為といえば人為であるともいえる。しかしその摂心における実際は、単なる形式ではない。分別意識の蕩尽といい、無心無我の現成といい、単なる言葉の上のことではない。この五尺の肉体の上に、心身をあげての事実としてこれを経験しなければ、絵に描いた餅である。

外よりの激しい追求と、内よりの激しい精進と、ようやく理尽き言葉窮まり、内外打成一片となって来る。日を開いている、しかも見るという意識はなくなってしまう。歩いている、しかも歩くという意識はなくなってしまう。坐っている、しかも坐る自己も世界もなくなってしまう。――歩きながら、目を開いていながら、壁にぶち当る。階段をふみはずす。夜か昼か自か他か分からない――。

かかる心理的経過の体験をもつものにとって「山僧そのかみ見処あらざる時、黒漫々地なりき」という臨済禅師の述懐は、まことに胸にしむ熱い思いなくして読み得ない言葉である。この全身全霊の経過を味わって、よし人為としての要素があるとしても、抽象になりがちな「分別意識の破産」も「無の深淵」も、具体的事実として了得することができる。

しかも、この心的危機の黒漫々地にあって（即ち絶対否定のどん底にあって）、さらに直日の激励と師家の痛棒とに追いつめられ、なおも退くことなく身心の力を百尺竿頭に傾け続けるとき、この興奮と緊張の危機は、あだかも極度に張り切った弦が、わずかの一触にはっしと切断するがごとく、思いもかけぬ機縁に一転する瞬間に恵まれる。無自己の当体が自己を自覚する一転機である、恵まれると言うよりほかに致し方ないと思う。

語るに語なく、言うに言なき一瞬に、しばし茫然とするばかり、狂気に似た思いである。ありがたいのか嬉しいのか、自己も天地もそのままに、不思議な別地の消息に包まれる光景である。

臨済禅師は、大愚禅師の一摑下にこの一転機に撞着し、思わず「黄檗の仏法多子なし」と叫んだ時、「道え、道え」と大愚禅師に首を押えてつめよられながら、ただ拳をもって禅師の脇腹を突くのみで、一言も発し得なかったと記さ

れている。

皷山の晏国師は、久しく雪峰下に在って苦修を続けていた。雪峰禅師は彼の機縁ようやく熟しているのを知り、ある時突然彼を搊住して「是什麽」（是れなんぞ！）と言って突き倒された。ところが泥中に尻餅をついた彼は、起き上らんとする一瞬、思わず一転機の光に逢着し「呵々大笑」しながら起き上る。その転機を察知した師が「汝何辺の事をか明らむ」とつめよると、彼は黙って泥だらけの手をふり、一言も言い得なかったと記されている。そこにかえって、何か胸迫るような深い、しかも新鮮な消息がうなずかれるように思われる。

「啞子の夢を得るが如し」とはこうした瞬間を形容した言葉である。

ここに新しく転位した自己を、かえって真実の自己として生きるのが禅者の真骨頂であるが、この新生の一転機に導く、禅意識の成熟、即ち最後の危機を醸成するに、参禅こそ重要な役割を果すものというべき、大切な修行の実際である。

作務。

作務とは「作業勤務」のことであり、力をもっぱらにして仕事に服する意である。

もともと印度の仏教教団においては、瞑想が主となり、僧達の生活は行乞によって支えられ、勤労に類することは無かったといえる。

しかるに、中国において、特に禅が社会的存在として教団的傾向を生じて来ると共に、勤労は単なる勤労でなく、その宗教生活の一様相として受容せらるるに至ったのである。

もちろんそれは、歴史的社会的条件のほかに、印度と異る中国という地域的風土的影響によることはいうまでもないが、さらにそうした国土にふさわしく成長した、新しい仏教即ち禅そのものの、実践的性格によるところが大であると思う。

中国において、ようやく禅が社会的存在として進展した唐代に、清規を制定して禅僧ないし禅寺の存在様式を確立したといわれている、百丈懐海禅師（七二〇—八一四）は、九十五歳の天寿を完うした祖師であるが、老年に至るも大衆と等しく作務に従事して休むことがなかった。ある時老いたる師に作務を休むよう進言したのに、彼が肯わないのを見るや、老いたる師を休息せしめるために、その作務の用具を隠して与えなかった。ところが百丈禅師はこれを知るや、その日の作務を休むと共に、ついに食堂に現われず、食事を取らなかった。驚いて作務の用具を持ち出す大衆に「一日作さざれば一日食わず」という金言を説いたといわれている。

百丈禅師の規矩によれば、禅者の勤労は「行は衆に同ず、故に門人の力役は、必ずその艱労を等しくす」という厳格さであった。

禅の道場には、作務と同義語のごとくに用いられる「普請」という言葉がある。あまねく要請する意であり、労作には、上下老若の別なく、あまねく労作を共にすることが要請されるからである。いうまでもなくそれは、労作が労作以上の禅的意味をもっていたからである。

作務について、百丈禅師にはまた次のごとき問答が残されている。

ある時雲巌が百丈禅師に尋ねた。

雲巌「あなたは毎日区々として誰のために労作をしていますか。」

百丈「一人の要するあり。」

雲巌「それなら、なぜ彼に自からなさしめられないのです。」

百丈「他に家活なし。」

この一連の問答は百丈禅師の作務に対する真義を示して余りあると思う。百丈禅師が、毎日区々として労作するのは、誰のためでもない、「一人の要求があるからだ」と言うのである。この「一人」とは誰のことでもない。実は百

丈その人の中にある「霊性的那一人」のことである。霊性的人格は（禅的人格と言ってもいい）、常に現実的人格に妙用を要求して止まないのである。即ち、霊性がもし妙用を欠くならば、それは同時に霊性たることを失格するものだからである。真の禅は、そこに不二の妙旨をひそめているのである。「なぜ彼自身に働かせないのですか」と問う雲巌は、百丈禅師のいう「一人」の真意を見ぬく心眼が無かったらしい。そこで百丈禅師は「他に家活なし」と止めをさされたのである。

霊性的世界、禅的世界は、根元的なるものであり尊いものであるに相違ない。しかし、これが現実的世界と切り離されて、具体的性格を失うとき、それは単なる抽象的死物となってしまう。即ち「家活なき存在」となってしまうのである。ここにも百丈禅師が「毎日区々として労作する一挙手一投足に」内なる要請に応えて、霊性的那一人を活かす、深い禅的意味を主張していられる禅風を見ることができる。

禅はある意味できわめて抽象的な、形而上学的な問題の解決に専念するものだと見ることができる。故に、一面においては常に瞑想凝心の努力を怠らない。しかし、思えばその形而上学的解決を遂行する主体は、大地に密着した具体な人間であるとするならば、その解決が単なる観念的なものである限り、真の解決とならないはずである。そこに禅匠たちが、鍬をとり、斧を振い、水を運び、車を挽く（ひ）という、日常生活の労作のすべてを、坐禅弁道に異らない宗教生活として強調する理由があった。

勤労のための勤労でなく、その勤労の中に含まれる妙理を親しく工夫せしめんとしたのである。したがって「一日不作一日不食」という百丈禅師の金言は、一部の人々の考えているごとく、勤労の尊さを説いたとする、単なる倫理的なものでなく、百丈禅師の真意は、それが大用禅（だいゆうぜん）（妙用禅（みょうゆうぜん）といってもよい）に立つ彼の禅そのものだったからである。

かくて作務は、白隠禅師も「動中の工夫は静中に優ること百千万億倍すと、幸にこの語あり汝等それ務めよや」と示されているごとく、禅者にとって「彼が死見解に堕する」を匡救する動中の工夫として、重要な修的性格をもつに

至っている。

六

禅の修行は、新しい自覚経験を得たる後、即ち新しく真実の自己に目覚めた経験を転機として、修的生活の内容は一変してしまう。それは修する自己と、修せられる理とが一枚となり、もはやそれまでの意味の修はなくなってしまうからである。

唐代禅界の一巨匠龍潭禅師に、次のような物語が記されている。

禅師がまだ乍入(さにゅう)の雲水として修行中だった頃のことである。ある日、求道の心に燃ゆる彼は、師の道吾禅師の前に出てなじった。

龍潭「私はここへ参りましてから、もう久しい年月がたちますのに、なぜ私には少しもありがたい御指示も御説法もして頂けないのです。」

道吾「何？　俺はいつも説法しているじゃないか。」

龍潭「だって、いつ御説法をして頂きました。」

道吾「お前が茶を持って来れば受け取り、お前が御飯を運んでくれば食べ、お前がお早うと言えばお早うと挨拶しているじゃないか。まだそのほかに説法がいるのかい。」

龍潭はそこで、はッと師の尊い心事に気がついたと記されているが、龍潭のことはしばらくとして、道吾禅師の心中には「行も亦た禅、坐も亦た禅」、行くも帰るも、歌うも舞うも、禅ならざる生き方、法にはずれたところも物もなかったことが窺(うかが)える。道元禅師が「無所得無所悟にて端坐して時を過さば、即ち祖道なるべし」と訓(おし)えられる真意もここにあると見るべきであろう。

曹洞下ではよく「証上の修」とか「妙修」と言われているが、臨済下ではかえって修という表現を用いず、これを「正念相続」とか「聖胎長養」とか言い馴らされている。いわゆる「悟後の修行」である。向上の修行に対して、向下の修行とでもいうべきであろうか。

至道無難禅師（一六〇三―七六）に、

生きながら死人となりてなりはてて
心のままになすわざぞよき

という道歌がある。上の句の「生きながら死人となりてなりはてて」を向上の修行とすれば、下の句の「心のままになすわざぞよき」は向下の修行と言うべきであろうか。

ただ最後に一言いい添えたいことがある。それは、禅における悟後の修行とか妙修とかいわれる境地が、従来中国においても日本においても、あまりに境涯的であって（個人の心境的であって）、これが宗教倫理として社会実践的発展の事実に乏しいことである。

これは、禅が東洋という文化的社会的風土の中に存在したるがため、おのずからそのような発展より見られなかったのだ、といえばそれまでであるが、もともと仏教には「不請の友となる」とか「菩薩の行願」とかいう優れた社会倫理的教理の展開があり、禅においても「入鄽垂手（にってんすいしゅ）」という、社会倫理的境地をその理想境として示しているほどなのに、現前の事実はこの方面の在り方にきわめて淋しいものがあり、深く反省すべきであると同時に、将来に向って強く押し進むべきことではないかと考えている。

七

ひるがえって思うに、禅は東洋、特に中国や日本において最も発達したことはいうまでもない。しかし、広義に見

て、西洋においても禅的なるものが全く無かったというわけではないと思う。たとえば、プロチノスの「太一」とか、エックハルトの「永恒の無」とか、ベーメの「没底」とか、さらに目を転じて、特異の詩人ウィリアム・ブレークの思想や、多くのキリスト教神秘家にも、東洋禅のごとき純粋性は欠くとしても、その本質に禅的なものをもっていることは肯かねばならぬと思う。ところが、これら西洋の神秘家に見られる禅的なものは、西洋の思想や宗教に影響するところが少なく、いずれかといえば、天才的に散発的に現われるのみであって、思想的に主流となるごとき、完全な発達を見なかったように考えられる。

これに対し、禅は東洋において、宗教や思想のみならず、道徳や芸術にさえ発展を見、精神文化の一主流をなすに至った感のあることは明白である。

この両者の相違について、東洋と西洋とに存在する、文化風土的な相違を第一に考えねばならないことはもちろんであるが、東洋と西洋と「師弟」のあり方に大きい性格の相違があり、さらに禅におけるがごとく、修行の方途の人為的確立の有無に大きい相違があったのではなかろうか。

前にも言及したように、個の人格的体験を生命として尊ぶ禅に、人為的な修行実践の方途が完成せられていることは、自然その実力の低下を来し易いという、運命的な欠点を伴なうものではあるが、それと同時に、本質的な禅体験の伝承を長からしめ、かつ広からしめる（比較的大勢の人々に禅体験を味わわしめる）ことができるという、功罪両面をもっていると思う。

この意味において、禅がいかに伝統的な修行実践の方途をもつといえども、師・学（師匠たる老師と修行者たる雲水または居士）が、共に深く心を致し、常に原始的修行者の自然的経過の粗野性を身につけ、これを再現することに十分の意を用いない限り、禅は昔日の原始的な体験的深さとたくましさを失い、漸次衰退してゆく心配があると思う。

只管打坐の禅

榑林皓堂

一　はしがき

只管打坐は曹洞禅の性格をはっきり出したことばである。禅の修行の仕方はいろいろで、宗派によってちがいがある。唐の圭峰宗密（―八四一）は禅に五種類あるとして、凡夫禅、外道禅、小乗禅、大乗禅、如来最上乗禅（のちの祖師禅）を数えあげているが、いま日本で禅宗といわれているものは、最後の如来最上乗禅（祖師禅）をうけついでいる曹洞宗、臨済宗、黄檗宗の三派だけである。

ところで仏教界には、たくさんの宗派がある。いま言ったように、禅宗だけでも三派ある。なぜそんなにいくつも宗派が要るのか、一本にしたらどうなんだ、という声をときどききく。もっともとは思うが、各宗各派が並立するのは、いろいろな立場から釈尊の教えを味わうからで、必然的に宗派ができてくる。異なる立場から釈尊の教えを見る、味わうということは、仏教が幅広くなかなかまとまりがつかず、真意がつかめぬから、自分に縁のあるもの、あるいは、はいりやすい教えから仏教をまなび、その立場に全仏教をしぼって見る、そうせざるを得ないという事情から、

どうしても宗派が発生することになる。また、ある祖師は甲の立場から仏教を研鑽している。だが自分は乙の立場、考えがちがうとなれば、そこからも宗派の別が生まれる。

禅宗とて、その点にかわりはないが、禅宗三派を一本にし、禅宗以外の宗派をひとくくりにして言えば、各宗派は釈尊の四十九年にわたる教説の中のどれか一つを取り、それをよりどころとして宗派を立てている。たとえば華厳宗は「華厳経」、法華宗は「法華経」によっているごときである。しかし禅宗は少しちがう。六年の間釈尊は、菩提樹の下でじっと坐禅をし続け、十二月八日早暁、明星のかがやくのを見て悟りを得、大覚世尊となった。その悟りに達した時の禅定（坐禅）、それを宗旨の基本とする。そうすると禅宗は釈尊のさとりを生一本にうけつぐものであり、各宗派は、その悟りをモトにして語られた教説に基づいていることになる。だから禅宗は、いわば湧き出たばかりの泉のごとく、各宗派は流れかけた水に相当するだろう。それで禅宗では、ほこらしげに、禅を「仏法の総府」という。うぬぼれみたいであるが、それは誤りではない。全仏教は釈尊の禅定から流出したものであるからである。

それはそれでよいとして、その釈尊の禅定にもとづきながら、禅宗にいくつもの宗派ができるのはどうしてかということになるが、それは釈尊の禅定に幾種類もあるからではない。禅定はただ一つである。だが、悟りを開くまでの悟りに達するまでの坐禅は、悟りを目標として修する禅定だから、手段――悟りへの手段であるが、悟り得たときの禅定（坐禅）に重点をおくか、正覚成就、悟ったときの禅定を主にするかによって、禅定観はぐっとちがってくる。禅定は、もはや手段としてのそれではない。自受法楽の坐禅、満ちたりた坐禅、悟りがあふれるごとき状態の坐禅である。曹洞禅の只管打坐は、この釈尊――成道釈尊の坐禅を宗旨の基盤とするから、あらためて悟りを目指すことにはならない。釈尊の修行を尊びたたえ、自分もその通りの道を行こうとすることは尊いことであるが、新幹線ができたのに鈍行を利用する感がないでもない。

二　只管打坐の意味

只管打坐は祇管打坐ともかくが、いずれでも意味にかわりはない。読みかたも「しかん」ということもあり、「すかん」とよむ場合もある。打坐は「たざ」とよみ、「だざ」とはよまない。清音である。打撃、打倒などは濁音でよむ。その方が強さを感じるが、禅語としては、打睡、打眠、打出、打版、打槌らみな清音であり、明頭来也、明頭打暗頭来也、暗頭打も清音である。

只管打坐の只管は「ひたすら」であり「ひたむき」、打坐は坐禅の意であることは言うまでもないが、その「ひたすら」についても、わき目をふらず、一向専念、他の思いさらになしの意味もあるが、只管打坐の「ひたすら」は、それだけではない、打坐は打坐きり、一切の余行も余念もないことに用いられている。一般に只管打坐といえば、無念無想、邪心をすてきって、坐禅になりきるというふうに、解釈されているようであるが、この場合一番大事なことは、悟りを求めるでもない（それも一つの悟りだが）、仏になろうとねがうでもない、この一事一行に徹するのみである。もちろん公案工夫もしない、それが只管打坐である、只管打坐のほんとうの意味である。だから文字通り只管打坐である。『正法眼蔵弁道話』に、

この単伝正直の仏法は最上のなかに最上なり。参見知識のはじめより、さらに焼香、礼拝、念仏、修懺、看経をもちひず、ただし打坐して身心脱落することをえよ。

という。これは道元禅師がその師如浄から、くりかえし只管打坐と教えられたところに基づくのであり、禅師も著述の中で何べんも言っている。それほど徹底した純一無雑の只管打坐である。焼香の真意も、ないし修懺（さんげ）・看経の真意も打坐の一行に包摂されるというのである。焼香、礼拝、念仏、修懺、看経、これは仏教としては大切な

行事であり、他の宗教でも同様なことは行われる。さんげをする、聖典をよむ、礼拝をする、そうしたことのない宗教はなく、それがなければ信仰生活はなりたたぬとさえ思われる。それほどであるのに、それを行わずとも坐禅さえすればそれでこと足りる、焼香、礼拝等々を行ったと同様のことになるなどは、なかなか納得できない。だがそう思うのは、坐禅を悟るための手段、仏になるための行事（行為、行動）と考えるからである。先に言ったように、悟りを得た釈尊の坐禅、それをそのまま取って、今の自分の坐禅とすれば、俗な言いかただが「悟りを山もりにした坐禅」、「仏さまがあふれるほど、一ぱいになっている坐禅」であるから、これ以上の宗教行事はない。仏を向うに見て礼拝しなくても、坐禅すれば自分がそれになっている、修懺しなくても、仏になりきっている自分には、さんげすべきものもない、経典を読まなくても、経典の源泉となっている坐禅をしているから、経典は自分自身となる。だから焼香、礼拝などをしないで、したことになる。坐禅にはそうした偉大な功徳があると道元禅師はいう。只管打坐の理解において、最も重要なことは「成道釈尊の坐禅」をそのまままわれわれの坐禅とする、ということである。

だが、いまひとつ解らぬことがある。いまの坐禅は坐禅きりで悟りも求めぬ、仏になろうともしない、というのに、「ただし打坐して身心脱落なることをえよ」では、身心脱落を目あてにしていることにならぬか、もしそうなら、悟りと同じものを、名をかえて求めていることになりはせぬか、また身心脱落と悟りとは同じではないのか、そうした疑問がおこる。ところが道元禅師が、その師如浄に「身心脱落」とはなにかときいたら、如浄は即座に「身心脱落とは坐禅なり」と答えている。坐禅がそのまま身心脱落というのである。これもハテと首をひねらざるを得ないが、只管打坐――仏の坐を我が坐とするとき、自分を拘束するものは、ひとつもない。これに反し、悟ろう、仏になりたい、となならば、そのことでハラ一ぱいであるが、満ち足りて求めるところがなければ、ほんとうに身軽である。そこが身心脱落といわれるところで、仏をも脱落、悟りをも脱落である。

道元禅師は坐禅と題し、

守るともおもはずながら小山田の　いたづらならぬ案山子なりけり

と詠じているが、只管打坐の禅は、ぼやっとしているようであるが、「衆生成仏の正当恁麼時なり」と讃歎されるほどすばらしいものである。ある念仏行者は、「おどりはね、もうしてだにもかなわぬを、いねむり（坐禅のこと）してはいかがあるべき」と皮肉ったが、道元禅師からすれば坐禅は、「これ広大の功徳をなすにあらずや」で、最高無上の行となる。

三　只管打坐はだれが言いだしたか

では只管打坐という言いかた、そういう言いかたで坐禅をすすめたのは誰からだろうか。達磨大師は中国禅宗の祖といわれるが、只管打坐などとはどこにも言っていない。安心法門として四行観があり、「凝住壁観、自なく他なく、凡聖等一、堅住不移（かたく住して移らず）」とはあるが、只管打坐などとは言っていない。凝住壁観や堅住不移は心念上の堅さであって、身行のそれではない。達磨大師から六代目の法孫に、大鑑慧能（－七一二）という方がある。六祖大師とも曹渓大師とも、また略して六祖ともいう。この慧能に『六祖壇経』というのがある。壇経では見性が強調されている点がとくに目立つが、「坐禅」の章でも、身行としての只管打坐は強く打ち出されていない。六祖以後、禅宗は大いに発展したが、唐ないし宋初にかけては、まだ只管打坐というようなことばは見当らない。おそらくそれは宋末からで、天童山の長翁如浄（－一二二八）からであろう。如浄のいうところによれば、「近来二、三百年来、坐禅を本気にやるものがいない、だから祖師道がすたれる。諸方の長老たちはこぞって坐禅をゆるやかにしている、自分は逆にウンときびしくする」と言って、ギュウギュウやらせたと、その弟子、日本曹洞宗の開祖、道元禅師は『正法眼蔵』にも『随聞記』にも語っている。こうしたことから推量してみると、「只管打坐」は『如浄録』が最初であり、

坐禅をさほど高く評価しなかった宋朝の禅者一般の口からは、身の坐禅を強く推し出す「只管打坐」というごときことばは出てくるとは思われない。真に坐禅に徹し、坐禅のよさが解ったものでなければ、坐禅の真髄をえぐり出すような言葉は出てこない。そういう意味で、只管打坐というようなすばらしい表詮は、如浄の口からでないと絶対出てこない、と思われる。『如浄録』に、

参禅は、身心脱落なり。焼香、礼拝、念仏、修懺、看経を用いず。祇管に打坐して始めて得てん。

とある。これは、先に引用した坐禅礼讃の文と同一主旨である。あれは『正法眼蔵』からの引用、これは『如浄録』からの引用で、文字が若干ちがっているだけである。如浄は、いくたびもこれをくり返えしたそうである、というよりは、いつもこの言葉をもって学衆に接したと伝えられる。おそらくそれは馬祖の「即心即仏」、倶胝の「一指」のごときものだったろう。馬祖は「いかなるかこれ仏」——ほとけとはどんな人か、の質問に、いつも即心即仏の一本ヤリで答えたといわれ、倶胝は何を問われても指一本をたてて返事としたといわれる。それが「倶胝の一指」ということばの起りである。これらと同じように、如浄は人をみちびくに「祇管打坐、身心脱落」で押切っている。非凡な宗師家であることがうかがわれる。

先にひと口ふれたように、達磨大師にしても、六祖慧能にしても、ないし慧能以後の唐宋のすぐれた禅の高僧にしても、坐禅をかたり、坐禅をすすめるのに、心を澄浄にして、その本来性を自覚させる、という面が濃厚であるように思われる。それは達磨大師の「含生（全生物）同一の真性（根元的価値の同一）を信ずべし」にしても、六祖の「自己の本性を見徹せよ」にしても、いずれも「心」中心の坐禅観である点が目だつと思われるが、如浄の「身心脱落、祇管打坐」となると、「身」の坐禅という色彩が濃厚と考えられるが、どうだろう。もしそうだとすれば、一つの大きな転回が感じられる。これについて思うことは『随聞記』の、

亦云く、道を得ることは心を以て得るか、身を以て得るか。教家等にも身心一如と云て、身を以て得るとは云へ

ども、猶一如の故にと云ふ。しかあれば正（さし）く身の得ることはたしかならず、今、我が家は身心ともに得るなり。其の中に心を以て仏法を計校する間は、万劫千生得べからず。心を放下して知見解会を捨る時、得るなり。見色明心、聞声悟道の如きも、猶、身の得るなり。然あれば心の念慮知見を一向に捨て只管打坐すれば、道は親しみ得るなり。然あれば道を得ることは、正しく身を以て得るなり。是に依て坐を専らにすべしと覚へて勧むるなり。（巻二）

とあることである。如浄の只管打坐の禅は心証より身行にその重点を移行させた観がある。これはとくに注目すべきことだろう。いうならば従来の禅が思想の禅という傾きがあったかも知れぬのを、如浄は実践の禅、赤肉団（肉体のこと）の禅へと、大きく転回させたといえるだろう。「道を得ることは正さしく身をもって得るなり」は、只管打坐の禅においては、特に重要である。これによって見ると道元禅師は、真に如浄の仏法を相承する法子というべきである。道元禅師が如浄にふかく稽首して「先師古仏」といい、二、三百年来かつて肩をならべる者なき不世出の善知識と推称するのは、十分の理由があると思われる。

如浄の「只管打坐、身心脱落」にきたえられた道元禅師は、師の株をうばったごとく、生涯それで通し、一生それで押しきった。それゆえ禅師の著述の中にはいくたびとなく只管打坐がくりかえされている。一、二をあげてみると、第一の弟子懐弉（一一九八―一二八〇）が「叢林勤学の行履と云は如何」と問うたのに対し、禅師は只管打坐なりと答えているし、仏法僧の三宝を恭敬供養することは仏弟子として当然であるが、それだけで法門の悟りを得ることはできない、と戒しめた上、

仏子と云は仏教に順じて直に仏位に到る為なれば、只教えに随つて工夫弁道すべきなり、其の教（え）に順ずる実の行と云は、即今の叢林の宗とする只管打坐なり。これを思ふべし。

と言い、また次のようにも言っている。

禅僧のよくなる第一の用心は、只管打坐すべきなり。利鈍賢愚を論ぜず、坐禅すれば自然によくなろなり。語録公案等を見て古人の行履をも知り、あるひは迷者のために説き聴かしめん、皆これ自行化他のために畢竟じて無用なり。只管打坐して大事をあきらめなば、後には一字を知らずとも、他に開示せんに用ひつくすべからず。……其の後、語録等を見ることをやめて一向に打坐して大事を明らめ得たり。

等々とある。右はいずれも『随聞記』に挙げるところであり、なお他にもいくらもあるが、一々挙げることは見合わせる。だが只管打坐の禅は、如浄に始まり道元禅師に継承されたと言ってよかろう。しかし、只管打坐の禅そのものは如浄、道元にはじまったわけではない。

四　なぜ只管打坐でよいのか

只管打坐・身心脱落がいつ誰から始まったということも詮索無用とはいわぬが、実践の上から最も重要なのは、どうして只管打坐それだけでよいのか、ということである。しかし、そこがなかなか解りにくい。何事をも工夫せず、考えるでもなく、ただ坐禅するという、坐禅する、ただそれだけなら、行うこと自体はむずかしくないが、なぜそれで良いかが解らなければ、本気になってやる気も起ってこないだろう。公案工夫によって悟りを得よとならば、そのこと自体は安易でないにしても、それによって深いものが得られるとならば、はりきって取っ組むこともできる。また、精神を統一して仏教哲理を思索するのが坐禅の本旨ならば、そこにも追究の意欲はわく。だが、ただ黙々として坐するそれだけでよい、といわれても、果たしてそれでよいのかと疑わざるを得ない。それはきわめて重要なことであり、只管打坐の禅における生命的ポイントである。これについては道元禅師の第一の弟子懐弉も疑問をいだき、禅師に質問している。あるとき道元禅師はこう教えた。「学道の最要は坐禅これ第一である。大宋には得道の人はたく

さんいるが、いずれもみな坐禅の功によって得道したのである。それゆえ学人（修行者）は祇管打坐して、他のことに関与しなくてもよい。仏祖の道はただ坐禅それだけである」と坐禅を強調した。もちろんそれは只管打坐の坐禅で、公案工夫のそれではない。すると懐弉は言った。

打坐と看読とならべて此を学するに、語録公案等を見るには、百千に一つも聊か心得ることも出来るなり。坐禅（只管打坐の）には、それほどのことの験しもなし、然かあれども、猶ほ坐禅を好むべきか。

と。これは只管打坐では一向たよりないと思うが、どうだろうという疑いである。すると道元禅師は、

公案話頭を見て、いささか知覚あるやうなりとも、それは仏祖の道にとほざかる因縁なり。無所得・無所悟にて端坐して時を移さば、即（ち）祖道なるべし。古人も看話・祇管打坐ともに勧めたれども、猶ほ坐をもはらにすすめしなり。亦、話頭（公案）に依てさとりをひらきたる人あれども、其も坐の功に依りてさとりのひらくる因縁なり。まさしき功は坐によるべし。

と言っている。語録は先哲の禅体験にもとづく宗要の開示であり、公案は宗義を問答のかたちで語りあったものであるから、大事な手引きであるには相違ない。だがそれらは坐禅の功徳内容を開顕するもので、それらの助力によって坐禅が内容づけられるのではない。坐禅のすばらしさを語るものが語録であり、公案である。坐禅しながら語録のことばを考えたり、公案を味わうのでは、逆になる。それは釈尊の禅定、菩提樹下の正覚（さとり）を成就した禅定から、釈尊一代の教説がうまれ出たことを考えればすぐわかる。一代教（のちにそれは一切経・大蔵経となる）に助けられて、菩提樹下の禅定が充実するのでないと同じである。

釈尊の坐禅に対するわれわれの考えかたとしては、ふた通りあり、釈尊が悟りを得る前のそれと、悟りをえたその瞬間、ないしそれ以後、一生を通じてなされたそれとに分けられる。釈尊が、悟りをうる前の坐禅を坐禅の本領とし、われわれもまた、その道をたどる、たどらねばならぬ、とすれば当然、われわれは身辺を整理し、あたまを冷静にし

て、正理を思惟しなければならない。そして、釈尊の通りに道を明らめねばならない。しかし、正覚（さとり）に達した釈尊の坐禅を、われわれの坐禅の出発点とすれば、前とはぜんぜんちがった坐禅観となる。この場合、われわれは釈尊のように六年端坐という苦修練行を経験しないが、釈尊の悟証をそのまま受け継ぐことになる。たとえば、或る団体が一億円の特志寄附をうけたとする。寄附者はそれをためるのにさまざまの労苦を重ねただろうが、受ける方は蓄積の労苦は経験していないが、しかも一億円のねうちは同じである。正覚をはたした釈尊の禅定をそのまま引きつぐ立場をとる禅定は、一億円の寄附をそのまま活用して、有効に使うのと同じである。

　と言えば、いかにもタナボタ的な坐禅観、修証観のようであり、禅が強調する実参実究にも反し、血の出るようなきびしい禅の修行の通念に反するようであるが、只管打坐の禅は今のべた立場をとる。もちろん実参実究、血のにじむ修行を否定しないが、実参実究の内容がちがい、血をにじませる場所がちがう。一般に言われる実参実究は、釈尊のふんだ道をその通りにコツコツと進むのであり、そのためには、きびしい指導による血涙もあろうし、どうしても行き着けぬ苦悩もある。かようにしていわゆる「さとり」に到達する。それを「見性」という。実参実究の成果であるが、さきの例でいえば、自力の一億円蓄積に該当する。これに対し「持てる一億円」をどう活用してゆくべきか、に該当する禅が只管打坐である。

　持てる一億円は専門語では仏性とも法性とも真性とも心性ともいう。見性の性はそれである。仏性・法性等は生物・無生物がひとしく具えている絶対性であり尊厳性である。したがって、仏性・法性を一億円と数字的に評価することははなはだしく不当であるが、しばらくそういうだけで、実は数字的表現をこえた価値である。そうした尊厳な我れ、数字的評価を許さぬ絶対価値の主体としての「我れ」の自覚が、只管打坐の禅のスタートであるから、見性の禅に対し「証上の修」とも「本証妙修」ともいう。持てるものを持っていると、自分の力で再確認するのが見性の禅とすれば、持てるものをたしかに持っていると、導かれて確信し、そこを修行の発足とするのが只管打坐の禅である。

この立場から持っていること（自己の尊厳性）を確信することと、それの活用（尊厳体の死蔵とならぬこと）が、曹洞禅の実参実究である。そのような実参実究は、金持ちの息子がどうして金を使うかに苦心し、有閑婦人がどうして暇つぶししようかと、頭をひねるにひとしいと思うかもしれないが、それはとんでもない誤りである。

「法華経」に五千人のひとびとが、法華の一乗実相の法門を信じきれず、たもとを連ねて退席したところ、釈尊は、高い教えを呑みこめず信じられぬものはどうしようもない、「退亦佳矣」――退くもまた佳なりと言って、引きとめなかったとある。これは有名な話だが、釈尊ははじめ、階段をコツコツ登るように三乗（声聞・縁覚・菩薩）の人のために漸進的修行の道を説いたが、機が熟したと見て、最後に法華一乗（一仏乗）の教えを説き、これがわたしの本意である、これまでのはここに導く方便だったと言い、一切皆成仏――だれもかれもひとしく仏と成りうる、いや初めから仏だという高い教えを発表したところ、そんなことは信じられぬと退席したものが、五千人もあったというのである。とすれば「持てるたから」、いいかえれば仏性本具をすなおに受け取り、人間の尊厳性をふかく自覚することは容易でない。それゆえ道元禅師も、「持てる者」としての我れの尊厳性、絶対性を確信することは実にむつかしい、いくら言って聞かせても信じない、となげいている。そのかわり、「持てる我れ」を信じることができれば、即座に、いや初めから「仏の座」に坐っていることがわかる、と言っている。その立場からは只管打坐の禅は「信の仏法」となる。だから「おほよそ信現成のところ、仏祖現成のところなり」（菩提分法）という。しかしそこに大事な転換がいる。それは「行」への転換であって、「信が行を産む」ことになるわけである。それが曹洞禅の行（坐禅の実践）である。それは悟りをうるための行でなく、初めから証（さとり）を全身に荷っている我れの行となる。それゆえに「証上の修」とも「本証妙修」ともいうのである。

五　無所得無所悟と呆然無為とは別

『随聞記』に、「無所得、無所悟にて、端坐して時をうつさば、すなはち祖道なるべし」とあることは前述の通りだが、一般にはそうは考えられていない。坐禅の常識としては、修行して悟りをひらく、見性悟道、それが坐禅の本旨と思われている。これでは無所得、無所悟でなく、有所得、有所悟であって、道元禅師の坐禅観とはちがったものになり、只管打坐にはならぬ。只管打坐は文字通りそれっきり、坐禅は坐禅きりで、お伴(とも)はない。なにものをも交えぬ。公案を工夫するでもなく、沈思冥想するでもない。お経をよむでもなく、礼拝するでもない。万事を放擲して、この一行に身を投ずるだけである。身を投ずると言っても、高い崖(がけ)の上から目をつぶって飛びおりるようなことではない。満ち足りた最高無上の行、安楽の法門として坐の実践に入るのみである。「安詳として坐す」、それでいいのである。死のうか、飛びこもうかと、死神にとっつかれて崖っ淵や、線路のわきをうろうろするのとはちがう。ほんとうにこれでいいんだと、落ちついて「我が座」にすわった以上の安心、安楽、安穏はありえない。課長の留守に、ふわっとしたその椅子にかけてみても落ちつかぬ。堅い自分の席についた方が、はるかに気は楽だ。だから禅では、あるべき自己の座に帰ることを「帰家穏坐(きかおんざ)」という。ここでは何も求めてはいないが、満ち足りて不足はない。只管打坐はそうしたものに通じる。

『坐禅用心記』というのがある。瑩山(けいざん)禅師(一二六八—一三二五)の作である。坐禅をこころざす人のために、いろいろの心がまえを書いたものである。その巻頭に「それ坐禅は、直(じき)に人をして心地を開明し、本分に安住せしむ」とある。これが只管打坐の禅をはっきり語っている。なにものにも汚されぬ人間本来の心(仏性におなじ)、それの究明、自覚の上で、それ(本分)を守り、それを人間生活の基準とするのが坐禅の本旨だから、持てるものを活用するだけで、新

たに付け加えるものは一つもない、というのである。その心の落ちつきが帰家穏坐であるわけである。

『用心記』はわれわれの「本分」を仏性としているが、それは人間だけには限らない。存在するものはみなそうだと言っている。釈尊は十二月八日早暁、東天にかがやく明星をみて豁然大悟し、「われと大地有情と同時成道」と獅子吼したと禅宗ではいう。また「有情非情、同時成道、草木国土、悉皆成仏」と言ったとも語り伝える。釈尊伝一般とは若干相違するが、大乗仏教徒、ことに禅宗から見た釈尊悟道の端的は、このように言った方がぴったりする。大地有情、同時成道と、草木国土、悉皆成仏とは、言いかたはちがうが同じであり、天地間に存在するものは、人間はもとより、全生物ないし一事一物ことごとく仏の真性、如来の徳相を具えているというのである。これを禅者がひとしく肯定するならば——肯定しなければ禅者でも仏者でもないことになる——その坐禅観は只管打坐とならざるを得ない。成道と釈尊の禅定、それに基づき、それと直結する坐禅観をとれば、仏、仏、仏の連続で、仏でないものはないから、仏の悟証を目当てにする坐禅、それはおかしいと気付かねばならぬこととなる。そうなれば「無所得、無所悟にて端坐して、時を移さば即ち祖道なるべし」が理なく肯える。はじめっから仏であるものが仏を求め、証悟を本性とする（これを本証という）ものが、証悟を求めれば「頭上安頭」となる。只管打坐の禅が「求心、頓にやむべし」というは、これに基づく。「本証」を前提とするからである。

猿若達多は、ある朝、鏡をみてびっくりし、頭が、顔がなくなった、たいへんだと大さわぎした。気がついてみたら鏡の裏を見ていたという。むろん作り話だろうが、おのれの本来的な尊厳性をわすれ、迷いの凡夫と思いこんでいる場合が、われわれには多い。

曹洞禅が成道釈尊のなまの坐禅を、宗旨の基準としたことは正しい。正覚を成就した釈尊の坐禅には、もはやプラスすべきものも、追放すべきものもない。坐禅によって天地法界を自己一人におさめ尽したとき（坐禅はそういう意味で行われる）、すべてが坐禅人に帰納したとき、その上さらに求むべき何があろうか。とすれば、只管打坐は無為

呆然の坐ではなく、活潑々に真実が生かされている姿となる。

だが中国の大慧宗杲は、只管打坐を頭ごなしにする。だから曹洞系の宏智の坐禅を無事盲目の禅ときびしく責めたが、さとりを求め公案工夫をしなければ、無事無為と思うことは早計にすぎる。宏智はその禅をあえて「黙照の禅」と言い、只管打坐とは言っていない。だが、黙照禅と只管打坐の禅とは類型であって、同一と言ってもよいほどである。と言うと何かしら奥歯にものがはさまったような言いかたになるが、基本思想としても、坐禅の実際としても、同一である。宏智は、宋代における曹洞禅を如浄とともに代表するほどのすぐれた禅匠で、大慧宗杲とならび称せられた。このふたりは当時の中国禅界を二分したかたちであったが、禅の立場は反対で、大慧は公案工夫をともなわぬ坐禅は、ぬけがら、無事禅、ナンセンスと考えていた。公案禅の大成者としては、そのほうが筋が通る。公案禅とは坐禅の場合、先人の禅体験を語る公案を参考にしながら修する禅のことで、看話禅とも、見性禅ともいう。看話は公案を主とする禅の意味で、方法論的立場から名づけたもの。見性は目的論的立場からの呼称で、自分自身の本来の性（真実性）を見きわめるという意味である。とすれば大慧の坐禅観は、方法論からしても、目的論からしても、完備充実、一点の非もないようであるが、一方の宗将宏智は、そうした坐禅観をとらず、ただ黙々として端坐するだけであった。それゆえ後人、いやその時から、黙照禅といわれた。黙照とは「黙然それ自体」に真実なるものがまるまるあらわれている、というのであるが、宏智自身『黙照銘』一篇を作っているから、自身承認の呼称である。だが、大慧の坐禅観（看話禅）とは正反対であるから、性格のきびしい大慧はだまって見送ることができず、噛みつくようにののしった。そして「黙照の邪禅」ときめつけた。だが宏智は反撥も釈明もせず、わが道をゆくのみだった。それは宏智の人柄にもよろうが、主義主張を国民に訴え、その批判をまつ政党などとはちがうから、それでいいだろう。だが、そんなわけで宋以来、禅の修行の仕方について看話・黙照の二つの立場は、臨済宗と曹洞宗の禅の性格の相違をしめすものとして、その対立はずっと今日まで蒸し返されている。

中国曹洞宗は唐代の洞山良价（―八六九）いらい、ずっと宗統を継承しているのであって、洞山綿密の宗風は守持されているが、その中で宏智は、とくに光っている。だから道元禅師もふかく崇敬し「宏智古仏」と推称している。古仏という言いかたは、本当にあたまがさがる、という人に対してのみ用いられる敬称である。それは、宏智の禅が真に禅の本義にかない、その本質をえぐり出しているとの崇敬である。このことは道元禅師の著述に明確に見てとることができる。それほどの人であるが、禅師とはその法系はちょっとちがい、直系の先祖ではない。禅師の法系を四代さかのぼると真歇清了（しんけつせいりょう）があり、宏智はその法兄弟である。道元禅師からは五、六十年前の人である。禅師は宏智の直系ではないが、決して遠縁ではない。しかしその宗義の理解、禅に対する考えかたは瓜二つというほどであり、禅思想としては、宏智のそれを祖述していると言ってもよいほどである。ことに宏智の黙照禅と道元禅師の只管打坐の禅とは、名称はちがっていても、本質的には同一といえる。従って、道元禅師の只管打坐をかたるとなれば、思想史的にはどうしても宏智の禅に想到しないわけにはいかない。おそらく道元禅師は、その師如浄から正伝の坐禅（只管打坐）を教えられることによって、宏智の偉大さをしみじみ感じとったのであろう。もし宏智が出なかったら、中国曹洞禅はその真の姿を宣明するに至らなかったかもしれない。なお宏智は、中国禅僧中ではとくに詩文の才にすぐれ、『碧巌集』の基になっている『雪竇頌古』の作者、雪竇重顕（せっちょうじゅうけん）と並び称せられる。『雪竇頌古』と類型の、彼の『宏智頌古』は、只管打坐と同質の黙照禅を強調したもので、曹洞禅の正法性をあらわさんとする意欲的作品である。

六　黙照禅と只管打坐とのつながり

宏智が詩文の才を見せているものに『宏智頌古』がある。その第一目標は、いま言った通り曹洞禅、すなわち只管打坐の強調であるが、さきの雪竇の『雪竇頌古』とならび称せられ、難兄難弟（なんけいなんてい）といわれる。両頌古はともに古人の公

案、代表的公案百種をとりあげ、そのねらい、その本旨を詩によってかたったもので、禅宗ではむかしからこの両書を推称している。それは詩のうまさもさることながら、宗義のほりさげが深いからである。その中に、達磨大師がインドからやってきて、はじめて梁の武帝にあい、禅の奥義を語り聞かせた公案がある。『雪竇頌古』にも出ているが、要点のとらえ方は別である。達磨は武帝に見きりをつけ、揚子江をわたって北魏に入り、まわりまわって嵩山少林寺におちつき、九年面壁といわれるように、ずっと坐禅一本で生涯を終った。碧眼の異国僧として恵まれた晩年だったかどうか知らないが、すぐれた弟子も何人かあって、渡来の目的、禅仏教相伝の使命をはたしたのだから、決してさびしい晩年ではなかったろう。しかし「面壁九年」は達磨の真実の仏法を、いや禅の真髄を身をもって語り示した、という意味で、高くかわれている。

宏智はこの面壁九年を推称して「寥々冷坐少林、黙々全提正令」(寥々として少林に冷坐し、黙々として正令を全提す)と言っている。すでに釈尊第二十八代の祖師として、禅の本義真髄を十二分に身につけたものとして、正法を中国に伝えようとする、それほどの人であるから、達磨が嵩山で坐禅の稽古をしていたなどとは、もちろん考えられない。宏智は寥々——ちょっとお気の毒みたい、と言っているが、あの姿にこそ正伝の仏法が十二分に露呈されている、浮きぼりされている、と見て、「正令を全提す」と讃歎したわけである。あの黙々のところに、釈尊の正法、禅の真髄が、香りたかくかおっていると頌したわけである。黙照の禅からすれば、達磨の面壁はそうとしか受けとれない。これは只管打坐の立場と同じであるが、黙照禅の起原を、確信をもって達磨に帰しているわけである。で、宏智は、達磨は無所得、無所悟で、ひたむきに法悦にひたり、自受法楽していたと見るのである。それゆえに、道元禅師も『普勧坐禅儀』において、

いはんや彼の祇園の生知たる、端坐六年の蹤跡みつべし、少林の心印を伝ふる、面壁九歳の声名なほ聞ゆ。

と言っている。黙照の立場からしても、只管打坐の立場から見ても、見るところは同じである。成道釈尊の坐禅を基

盤とするからである。

禅思想の影響という視点から、いま少し宏智と道元禅師とを対比してみよう。道元禅師の主著『正法眼蔵』に『坐禅箴』という一巻がある。箴は病気をなおすために用いる「はり」で、今日でも箴灸の治療はさかんである。むかしは竹の針だったが、このごろでは白金である。坐禅箴の箴と箴灸の箴は同じで、ともに病気の治療につかうが、一方は身体の病気、他方は心の病気、とくに禅病に使用する。禅病にもいろいろある。ギュウギュウやられて頭にきた患者もあり、ちらっと悟りみたいなものを見そめて、大悟徹底と錯覚するものもあり、悉有仏性、基本人権の平等をはきちがえて序列を無視したり、「人目をかまわぬ」を取りちがえて、気ちがいじみた無軌道を平気でやったり、坐禅していれば悟りが天から降ってくるかと思ったり、無念無想を枯木死灰、冷凍魚になることだと勘ちがいしたり、多種多様である。坐禅は言わばもっとも正常な平凡人となるのを目的とするもので、自分だけ金メダルを獲得することではない。只管打坐の禅はそれを目指す。だから『正法眼蔵坐禅箴』は、もっとも正しいものを提示し、それに反するものは、入院治療を要する、と診断しているようでもある。従って、禅病の種類や、それぞれの療法を一々具体的には挙げていない。正しい規準を提示するだけである。

『正法眼蔵坐禅箴』のもうひとつのねらいは、信頼するに足らぬ坐禅の書——坐禅指導の書をしりぞけ、真に信頼に価するものを知らしめる、という点にある。坐禅指導の書は、禅僧の手になるものだけでもかなり沢山ある。唐・宋の禅者のかいた坐禅箴、坐禅銘、坐禅儀等も少なくない。だが、それらはいずれも還源返本、息慮凝寂、胸襟無事了を目標とするもので、坐禅のほんとうの意味をつたえていない。そうした連中のかいたものばかりである。にごった心水を静寂の根元にもどす還源返本、心のモヤモヤを払拭する息慮凝寂も必要であり、それができれば上の部であるが、それらは迷いを悟りに、凡夫を仏に、という転換禅であり、坐禅を代償として悟証を買い取る購買禅である。ふかくほり下げた結果、坐禅を最高の行とする仏祖正伝の坐禅は、決してそのようなものではないとの、堅き自信に立

つのである。けっきょく只管打坐にまでこぎつけ得ない坐禅の書は、いずれも低調であって、堂奥をきわめたものとはせぬのである。

禅師は、その条件にかなったものは、宏智の『坐禅箴』だけであると推称してそれを掲げ、さらに、若干文字を訂正すればもっとよくなる、というごとく、前者とそっくりの自身の『坐禅箴』を書きならべている。今それを詳しくのべるひまがないが、禅師の只管打坐を思想史的にみれば、宏智の影響を無視できないと思うことである。只管打坐を強調する聖文を次にかかげよう。

もし人一時なりといふとも、三業に仏印を標し、三昧に端坐するとき、遍法界みな仏印となり、尽虚空ことごとくさとりとなる。ゆゑに諸仏如来をしては、本地の法楽をまし、覚道の荘厳をあらたにす。および十方法界、三途六道の群類、みなともに一時に身心明浄にして、大解脱地を証し、本来面目現ずるとき、諸法みな正覚を証会し、万物ともに仏身を使用して、すみやかに証会の辺際を一超して、覚樹王に端坐し、一時に無等々の大法輪を転じ、究竟無為の深般若を開演す。

これらの等正覚さらにかへりて、したしくあひ冥資するみちかようがゆゑに、この坐禅人、確爾として身心脱落し、従来雑穢の知見思量を截断して、天真の仏法に証会し、あまねく微塵際そこばくの諸仏如来の道場ごとに、仏事を助発し、ひろく仏向上の機にかうぶらしめて、よく仏向上の法を激揚す。

このとき十方法界の土地・草木・牆壁・瓦礫、みな仏事をなすをもて、そのおこすところの風水の利益にあづかるともがら、みな甚妙不可思議の仏化に冥資せられて、ちかきさとりをあらはす……(『正法眼蔵弁道話』)

公案の禅

大森曹玄

一

禅とは何か、と問われたとき、それに対する答えはさまざまだとおもう。なぜなら、禅の世界はすべてを越え、あらゆる境界を解脱したものだから、何と答えてもそれでないものはないし、その代りにまた、何と答えてもそれではないからである。そのように、禅はある特定の角度からみてこうだと、一義的に決めてしまえるものではないのである。

しかしそういってしまったのでは話にならないので、ここでは一おう、禅とは真実の自己をつかむことだとして話を進めたいとおもう。そしてさらに、その真実の自己を日常生活のうえに、遺憾なく発揮するのが禅だ、としておくことにしよう。

ところで真実の自己をつかむということは、やさしいようでむずかしく、むずかしいようで実はやさしいといえる。なぜむずかしいかといえば、真実の自己とは、母胎からこの世に投げ出されたままのこの自己をそのままで是認し、肯定することではないからである。むしろそれを真実ならざる自己、仮相の自己であるとして、徹底的に否定するも

のだからむずかしいのである。道元禅師の有名な言葉を借用するならば、「自己を運びて万法を修証する」ものは迷いである。生れたままのこの自己は、欲望的、本能的な凡夫であるから、それを肯定して修練してみたり、あるいはその立場から一切を計量するのは自己本位のものであって、結局は迷いの道というほかはない。だが、それは本能的、欲望的であるだけに、なかなか手強くて容易には抜き難いものがある。そのような自己を否定して道元のいわゆる「万法進みて自己を修証する」という、絶対に他なるものにおいて自己の根源を見出すところの、いわゆる無我の立場に立つものであってこそ、はじめて真実の自己といえるのである。

真実の自己をつかむためには、まず自己そのものの矛盾や、苦悩に充ちた人生に絶望するというか、釈尊のいわれた苦しみそのものとしての人生と鋭く対決し、人間の限界を知るというところがなければならない。そして、この自己、人生、人間を疑って疑って疑いぬき、絶対的に否定し、そのドン底から百八十度の転回をして、パウロのいわゆる「もはやわれ生くるにあらず、キリストわがうちにありて生く」という体験をしてこなければならない。そのように自己が底に徹して否定され、自己ならざる自己として生れかわってくることが、悟りといわれるものであり、真実の自己を自覚した禅的体験といわれるものである。そうなってみれば「盗人を捕えてみればわが子なり」で、真実の自己を知るとは自己が自己に対面することだから、これほどやさしいことはないともいえるのである。

このような体験を得るのには、必ずしも誰もが同じような手段、方法によらなければならないというものではない。また必ず坐禅によらなければならないと、きまったものでもない。南無阿弥陀仏でもよければ、アーメンでもいいのである。謡曲でもよければ、舞踊でもいい。大道は無門であり、千差の路があり得るのである。いや、人々の抱く苦悩の原因、性質が一つでない以上、それを解決するに至った機縁も千差万別であるのが、むしろ本当だといってもよいとおもう。禅だけでみても、たとえば『無門関』に四十八則、『碧巌録』に百則ある。そのほか千七百則の公案があるといわれる。それらはいずれも古人が真実の自己を求めようと、必死の努力をした生活記録にほかならない。誰

でもその宗教経験の事実は一つであるはずだが、人々(にんにん)の性格、教養、機縁が違うところからそれだけの差別を生じたものである。

仮りに剣道に例を取って考えてみても、同じことがいえる。剣道にはいまでこそ一定の教習法が完備しているが、はじめはそんなものが定まっていたわけではなく、実戦の場に出て腕力にまかせ、運賦天賦で剣を打ちふるい、強くて運のいいものが勝ち残ったのである。そして勝ち残った連中が、戦いの合間に自分の経験した勝利の方法を友人と申し合せ、復元して研究するうちに、だんだんと整備されて一定の型即ち組太刀ができた。すでに一定の型ができれば、それを反復修行するという方法が考えられ、従って子弟を教導する手段が確立する。しかも剣をとって勝利を得るという点では一つであるはずの剣道に、体格、力量、教養、性格などの相違から何十、何百という流派の別を生じたのである。

禅体験の道もそれと別ではない。はじめはすぐれた天分をもった禅者たちが、自然の動機によって、あるいはやむにやまれぬ切実な自己内部の要求のままに、おのずからに体験し開発したものを、やがてそれを組織づけて、いわば悟りを人為的に得られるように仕組んだ――剣でいえば型に当るようなものが自然にできあがった。それがいまいう公案による禅だといってよいとおもう。しかも、真実の自己を自覚するのが禅だとするならば、公案は一つだけでいいはずなのに、千も二千もそれがあるということは、いまいったような事情に基づくのである。

つまり、他の多くの宗教のように一定の教義にもとづいて何らかの対象を信仰するのではなく、真実の自己を知るという宗教経験を専(もっぱ)らとする禅における、独特の修行の方式として発達し、確立したものが公案なのである。

二

そこでまず「公案」という言葉であるが、これについては三教老人が『碧巌録』の序文の中に「かつて祖教の書を

いってこれを公案という」と書いており、また中峰明本禅師が「それ仏祖の機縁、これをなづけて公案という」といっているなどが有力な手がかりになる。なぜ「祖教の書」や「仏祖の機縁」を「公案」といったのかというと、それらが禅の世界における公理ともいうべきものであって、一、二のものたちだけが私すべきものではない、という意味からである。公案とは「公府の案牘(あんとく)」ということだといわれている。公府は読んで字のように公(おおやけ)の府だから、いまでいう官庁にあたる。案牘は官庁の公文書または裁判の判決文のことだというから、公府の案牘で、官庁の発表した公文書のこととみてよいであろう。それは一度発表されると、私情をもって曲げることは許されない。いわば、絶対命令とでもいうべき決定力をもっている。つまり、「祖教の書」「仏祖の機縁」といった祖師方の尊い禅経験の事実は、いやしくも禅徒たるべきものの絶対に信奉しなければならない、神聖にして侵すべからざる禅の世界での公理だという意味で、これを公案と名づけたものである。

その公案なるものは、三教老人の序文にも「唐に倡(とな)えて宋に盛なり」とあるが、唐の時代からその名が行なわれたものと見るべきであろう。そして『碧巌録』『無門関』『従容録』など、世に広く行なわれた公案集が、だいたいにおいて宋の時代に編集されているのをみれば、「宋に盛なり」ということもうなずかれるのである。

前にも述べたように、禅の創成勃興したところは、自分自身に解決を迫られた実際上の疑問や苦しみを訴えて、師の指示を仰いだものである。たとえば、のちに二祖となった若き日の慧可(えか)が達磨大師に向って、

「弟子、心いまだ安んぜず、請う師、心を安んぜよ」

と求めたとき、達磨は、

「心をもち来たれ、われ汝がために安んぜん」

と答えている。この事実を見ても明らかなように、ここでは二祖自身が自分の不安を訴えて、これはどうしたらよいであろうか、と切実な問いを師に対して提起し、師がこれに指示を与えているのである。

ところが、前に提げた諸祖録に見られるように、宋のころになるともう問題はだいたいにおいて出つくして類型化されてしまった感がある。自分だけの独自の特殊な疑問や、現実的・具体的の活きた人生問題などの出る余地ははなはだしく狭められてきている。そのうえさらに、当時の禅ブームの影響から禅修行者が量的に非常に多くなり、その当然の帰結として質的にはやや低下してきたようである。いわゆるデモ坊主ばかりが増える、といった傾向が見られるようになった。表面のブームは、その実質において一種の危機を伴ったといってもよいとおもう。この禅の危機を救うためのやむを得ない手段としてとられたものが、師の方から弟子に向って問題を投げかけて、いわば人為的に触発の機会をつかませ、禅体験を得させようとする公案禅だったといってよい。

いま二祖的なものから公案禅への過渡期における典型的な事例を、二つばかり参考に挙げてみよう。

南岳懐壌（六七七―七四四）が、はじめて六祖慧能を訪ねたとき、六祖はかれに向って質問した。

「どこから来たのかね」

「ハイ、嵩山（すうざん）から参りました」

どこからきたのかとは、必ずしも場所的なものとは限らず、むしろ境界的な場合の方が多いが、しかし、どこからと聞かれれば一応こう答えるよりほかはない。決して悪い答えではない。ところが六祖は、さらに意表をついた質問をした。

「なにものか恁麼（いんも）に来る――なにがそのようにして来たのかな」

これには南岳も答えるすべを知らなかった。まさか足が歩いてまいりましたともいえないだろうし、来たいという意思だけがやってきましたともいえない。この問いは容易なようで、実は決して容易ではない。口先きでゴマかさず、ハタと行きつまった南岳はまことに純粋であった。この疑問に向って前後実に八年というもの、必死に参究をかさねた。そして或る日、忽然として自覚するところがあったので、師の前に出てその見解を呈した。

つまり真実の自己が会得できていたのである。

こういったとき南岳には、何と説明しても説明しきれないところの、絶対に主となって客とならないあるもの、

「説示一物即不中――何と説明しても説明すれば、もうそのもの自体ではなくなってしまいます」と。

香厳智閑（唐末の人、年次不詳）にも、次のような話がある。

かれは早くから仏法の教理を研究し、その最奥まで究めつくした。しかしこの知的に学得した仏法は要するに画にかいた餅で、自己の切実な止みがたい心の飢えを充たすに足るものではなかった。そこで衣を換えて禅に入り、まず百丈懐海（七二〇―八一四）の門を叩いたが、いくらも経たないうちに遷化されたので、転じて潙山霊祐（七七一―八五三）を訪ねた。香厳の仏法学者としての噂さは、当時すでに相当なものであったのだろう。ある日、潙山はかれに向ってたずねた。

「お前は一を聞けば十を答え、十を問えば百を答えるほどの俊才だそうだが、それはただ単に知識をつめこんで憶えたというだけのことで、わしにいわせれば迷いの元にしかすぎんものだ。それよりは、お前がまだ生れない前、いやお前を生んだ父母さえも生れない前のお前は一体どうだったか、サアいうてみるがいい」

返答に窮したかれは、自分の居室に帰って永年書きためたノートを取り出し、あれこれと調べてみた。だがこの場合に適切な答えは、ついに見当らなかった。失望したかれは、師の前に出て、

「さっぱり判りません。どうか私に教えて下さい」

と訴えた。しかし潙山は、

「説くことはやさしいが、もしわしが説いて聞かせれば、それはわしのものであってお前のものではない。それにわしが説けば後になって、お前はきっと悔いて逆にわしを恨むようなことになるであろう」

といって、頑として弟子の願いを受けつけなかった。そこで香厳は、持っていた書物やノートを全部焼きすて、泣く

泣く山を下って南陽の白崖山というところで、慧忠国師の墓守りをして一生を送ろうとした。もちろんその間も、一日として例の疑問を忘れたことはなく、渾心身一枚の大疑団となっていたことであったろう。ある日、いつものように掃きためた塵芥を竹藪に投げすてたところ、その中にあった一つの小石が竹に当ってカチンと音を立てた。かれはその一刹那、心身脱落して思わず父母未生前の消息に触れることができた。宇宙一杯の仏の声をカチンというところに聞いたのであった。さっそく沐浴して香を焚き、はるかに潙山の方に向って礼拝した。

「師の大慈父母に越えたり、当時もしわがために説かば何ぞ今日の喜びあらん」

こういってかれは、潙山の大恩に感謝するのであった。

禅体験というものは、本来は二祖慧可大師の場合のように、自発的・個性的なものであるべきだが、やむを得なければ南岳や香厳の例に見られるように、すぐれた先輩が自己のかつての経験を生かして後進に触発の機会を与える、といった方法がとられるべきだとおもう。それでもいけないときは、古人の踏んだ過程を人為的に体験させるべく、一つの形式がとられるようになる。それが「看話禅」と呼ばれる公案工夫の修行方法である。

三

その意味で公案禅は、時代即応の新機軸として、禅修行のためには卓抜な効果があったことは、幾多の禅宗史の示すところである。

ところが、何の道でも同じことだとおもうが、修行の手段や方法があまりに完備しすぎると、マンネリズム化するとでもいうのか、創成時代の個性的・自発的な潑溂とした活力や生命が失なわれ、ややもすれば安易に流れて、形式的・固定化の傾向をたどるようになりたがる。手段・方法の完備が、逆に一種の弊害にさえなってくる。〝看話禅〟とよばれる公案による禅体験のすぐれた方法も、同じような経過をたどらざるを得なかった。

宋の時代に大慧宗杲（一〇八九—一一六三）という傑出した禅匠がいたが、かれのころにはすでにそのような弊害が表面化されてきていた。たとえば一例として『碧巌録』を取りあげてみても、それには古人の開悟の動機を示す事実、すなわち本則のほかに、評唱・著語・頌などという、批判や見解や注釈がつけられている。ということは、公案の知的な究明が行なわれていたことを示すものである。それは看話禅（公案禅）が見性、解脱という禅体験本来の生命を失って、一言一句の文字の末に泥み、いわゆる思量卜度の知的操作に堕してしまったことを示すものである。

もちろん公案や祖録の知的な究明や、学問的研究が一概にわるいとはいえない。それがどのくらい禅の発展のため役立っているか、はかり知れないものがあるとおもう。けれども、それは学者の仕事であって、少なくとも自分の眉毛に燃えついた火を払うように、己事の究明を専一にしなければならない禅修行者の第一義的な任務ではない。そこで大慧は、師匠の圜悟克勤（一〇六三—一一三五）の編集した『碧巌録』を、修行者を誤るものだとして焼きすてたと伝えられる。『碧巌録』の焼却が果たして歴史的事実かどうか疑いはあるとしても、大慧の次のような言葉をみれば、その頃の禅界の風潮や、それに対するかれの考え方がよく判るとおもう。

「今時学道の人、僧俗を問わず皆な二種の大病あり。一種は多く言句を学んで言句中において奇特の想をなす。一種は月を見て指を亡ずること能わず、言句において悟入し、而して仏法禅道は言句上にあらずと説くを聞いて、すなわち尽く撥棄して一向に眉を閉じ、眼を合して死模様をなす。これを静坐観心黙照という。」

ずいぶん手きびしい批判だが、大慧の頃にはこのような、古人の言葉尻について廻る公案解釈の知解禅者流と、眼を閉じて何も思わないのが禅だとして死人のようになっている黙照禅の徒とが、たくさん横行していたとみえる。大慧は、そのどちらも「禅の大病」だとして、極力これを排除しようとしたのである。

当時、宏智正覚（一〇九一—一一五七）という禅匠がいて、しきりに「黙照の禅」を鼓吹していた。大慧はそれに反対の立場から「看話の禅」すなわち公案禅を唱導したものと一般には考えられているようだが、いまの短い文章を読

んだだけでも必ずしもそうではないことが判るとおもう。

大慧は多くの禅徒が、古人の吐いた一言一句をとらえてそれを解釈し、その一言一句の中に真理でも潜んでいるかのように「奇特の想」をする、つまり、そのような枝葉末節のことをありがたがっている現状に対して非難しているのである。古人の残した文字や言句を知的に究明することが公案参究の在り方だと考えるのは、一つの病弊にすぎない。そんな「言句中において奇特の想をなす」ものは、決して看話禅の正しい在り方ではない。そうかといって、それでは山の中の石地蔵さんのように、朝から晩まで眉を八字によせ、眼を閉じて黙々と死人然と坐っているのがよいのか、といえばそうではない。それも禅の病にほかならない。こうかれは主張するのである。では、どうすることが正しい禅体験の道なのであろうか。ここでかれは真の看話禅、真の公案禅の何たるかを明らかにしようと努力したのである。それは『大慧書』や『大慧法語』などを読めば至るところに説かれているが、いまは『大慧書』の「富枢密に答」えた文章の一節を引くことにしよう。

「ただ妄想顚倒底の心、思量分別底の心、生を好み死を悪む底の心、知見解会底の心、静を欣び閙を厭う底の心をもって、一時に按下して只だ按下のところについて箇の話頭を看よ。僧、趙州に問う、狗子に還って仏性ありや、また無しや、州云く無、この一字子、すなわちこれ許多の悪知悪覚を摧く底の器仗なり。有無の会をなすことを得ざれ、道理の会をなすことを得ざれ、意根下に向って思量卜度することを得ざれ、揚眉瞬目のところに向って採根することを得ざれ、語路の上に向って活計をなすことを得ざれ、無事甲裏に颺在することを得ざれ、挙起のところに向って承当することを得ざれ、文字の中に向って証を引くことを得ざれ、ただ十二時中、四威儀の内に向って時々に提撕し時時に挙覚せよ。」

前段では同じようなむずかしい言葉がくり返し述べられているが、要するに妄想、分別や、相対的な見方をやめろ、といっているのである。そして次に『無門関』第一則で有名な趙州和尚の「狗子無仏性」の公案を提起して、その正

しい工夫の仕方を示している。趙州の無の字を有無の無と考えてはいけない。また無を真理的なものと思ってもいけない。意識で分別してもだめだ。眉を揚げたり目を瞬いたりする一つの境地と見るのもよくない。言葉の詮索もだめなら、何もないことだなどと考えるのはなおさら大ちがいだと、かれは主張する。

古人は趙州の無の字を「露刃剣」などとも呼んでいる。露刃剣とは刃を露にした剣、すなわち抜き身の剣である。無という抜き身の剣で、自分自身の相対的分別や我見を一刀両断してしまうのが、公案の機用というものである。「十二時中、四威儀の間」、つまり朝から晩まで、寝ても起きても、立っても坐っても、一切の時と処とにおいて、間断なくこの無の一本刀で妄想分別や、二元相対の念を斬りまくることが、公案工夫の方法である。知的に「無とは何ぞ」を考えようとすれば、どうしてもそこには考えるものと考えられるものとの対立が残る。知というものが分別的なものであり、判断を本質とする分割の原理である限り、どうしても二元的対立を免れることはできない。そこで「無、この一字子、すなわちこれ許多の悪知悪覚底を摧く底の器仗なり」ということにしなければならない。無を器仗つまり刀剣として、一切を截断してしまわなければ、いわゆる絶対無的主体を体験することはできない。

大慧は、このように公案工夫の正道を提示しているのである。

『無門関』の編者無門慧開（一一八五―一二六〇）はその場合「三百六十の骨節、八万四千の毫竅を以て通身に疑団を起して、箇の無の字に参ぜよ」とか、「平生の気力を尽して箇の無の字を挙せよ」などと、注意している。気力のありったけをふりしぼって、無の一字に全身心を集中統一してしまえ、というわけである。それはちょっとみると、大慧の無を「器仗」として人触るれば人を斬り、馬触るれば馬を斬ることと矛盾するようであるが、決してそうではない。「許多の悪知悪覚を摧」いて、たとえ釈迦であろうと、達磨であろうと、容赦なく斬りすてるという大慧の教えは、実は無は無以外の何ものでもない無絶対であることを証するものにほかならない。いずれもいわゆる「鼠、銭筒に入って技すでに窮る」という禅語のそれのように、鼠が竹筒の中に入って出ることも入ることもならず、進退きわ

まってにっちもさっちもいかないところ——すなわち無のうちに死に去って、無に成りきることを示しているのである。そうすることを公案の工夫というのであって、公案は数学の問題かクイズでも解くように頭で考えたり、知的の対象として研究し究明することでは決してない。

そうかといって公案の工夫は、無・無とただ機械的に問題を繰り返し拈提するだけのものであってはならない。無門慧開が注意しているように、「通身に箇の疑団を起して、箇の無の字に参」ずることが肝要である。

疑団を起こせといっても、無という問題を向うにおいて、疑うわれと、疑われる無との二つが相対していることではない。疑団とか大疑現前とかいうことは、疑いの団になるということであり、また大いなる疑いであって、それは疑い絶対というか、絶対の疑いというか、疑うわれと疑われる無とが完全に一つになった状態をいうのである。白隠禅師は「無の字なんの道理かあると、一切の情念思想を抛下し、単々に参究せんに、大疑現前せざる底は半箇もなけん」といっているが、この「無字なんの道理かある」「無字これ何ものぞ」と、内へ内へと追究していくと、ついにそうなるのである。それを疑団を起こすとか、大疑現前とかいうのであって、ここに公案工夫の要訣がある。

白隠禅師はさらにこういっている。

「総じて参学は疑団の凝結を以て至要とす。この故にいう。大疑の下に大悟あり、疑十分あれば悟り十分あり」と。

「疑団の凝結」とは、いまいった疑絶対であるから、それは「答は問処にあり」と、むかしからいわれているように問いそのもののほかに答えはないことと考えてよい。絶対の問いは、同時に絶対の答えでなければならない。問いそのものに成りきって、それ以外に答えを見ないことである。だからその大疑現前の状況を、白隠さんは次のように述べている。

「もし大疑現前するときは、ただ四面ただ蕩々地、虚索々地にして、生にあらず、死にあらず、万里の氷層裡にあるが如く、瑠璃瓶裏に坐するに似て、分外に清浄に、分外に皎潔なり。痴々呆々、坐して起つことを忘れ、起って坐す

ることを忘る云々。」
これが疑いそのものに成りきった大疑現前の消息である。その何もない黒漫々たる絶対無の世界から、一機転撥すると「忽然として氷盤を擲摧するが如く、玉楼を推倒するに似」た、絶対の無さえも乗り越えた世界が開けてくる。あたかも釈尊が六年端坐ののち、暁の明星を見るや忽然として非非想処という絶対無の世界が破れ、星と我れとそのままで一つであると悟られたごとくにである。
大慧の看話禅は、実にこのような公案工夫の正道を鼓吹されたのである。

四

日本には、中国から二十四流の禅が伝わったといわれるが、鎌倉時代を最盛期としてだんだん正伝の禅風は衰微してきた。それには、いろいろの歴史的・社会的原因もあったとおもうが、禅自体からいえば形式的になり固定化して活気を失い、一部の人々の玩弄物のようになり、世を救い、衆生の苦しみを除く実力がなくなったからである。その弊風を打破して禅を今日にあらしめたものは、臨済禅に関する限り、何といっても白隠慧鶴（一六八九—一七六八）その人の力によるというべきであろう。
白隠はみずからその自画像に、こういう讃をしている。
「今時、黙照の邪党を挫じき、近代、断無の瞎僧を鏖にす云々」
おそらくそのころは、溜り水のような動きのない世界に、山の中の石地蔵のように静まり返って禅なりとしているものや、くらやみのような空無の境を最上のものと心得ている、といった禅僧が多くいたことであろう。白隠はそれら似而非禅者流を痛烈に排除するとともに、一面には一文不知のものにも判るように、和讃やちょぼくれという俗謡に託して禅を説いたり、書画に描き表わすなど、正しい祖師禅を大衆化すべく、さまざまの努力をされて効果をあげ

たのである。それと同時に、専門的には古今、和漢におよぶ該博にして透徹した知識を縦横に駆使して、公案禅の整理・組織・体系化を行なわれたのであった。現在まで臨済系の宗匠の室内で行なわれている法身・機関・言詮・難透・五位・十重禁戒・向上・末後牢関などといわれる公案の分類、ないしは組織体系化は、実に白隠禅師が当時の禅修行者の根機に応じて、工夫された老婆心なのである。あるいは、少なくともそこに至る基礎を定められたという意味で、白隠さんはわが国の公案禅の再興者であり、大成者であるといってよい。その意味では中国における大慧宗杲、日本における白隠慧鶴の二禅匠は、実に公案禅におけるもっとも偉大な貢献者だということができる。こうして日本に渡った二十四流の禅は、黄檗・曹洞の二宗を除き、臨済禅としては大応・大燈・関山の正脈を嗣ぐ白隠の一系のみが、現在に至ってなおかつ命脈を健全に保っているのである。それは一面には弊害が伴うにもせよ、実に公案による修行により、真実の自己を知るところの宗教経験を重んじたためだといってよい。

白隠さんの体系化された公案の分類について、少しく解説を加えてみよう。

まず法身とは、十方世界がみな自己の身体であり、山川草木はことごとく仏であるという平等無相の消息を味わい、天地と同根、万物と一体という境地を体験させるための公案群をいう。

機関とは、機用（はたらき）のことである。法身では、いわゆるベタ一枚に陥るおそれもなしとしないので、差別の世界で自己と一切存在とが矛盾なく円融する消息を練らせるのが、この公案群のねらいである。

言詮とは、言語道断、心行所滅のところをあえて言語でいいあらわし、言句の妙密をもって肝腎要め（かなめ）のところを味わうものがこれである。

難透は、理としては判っても、事実上には容易に到達し難い境地を示すもので、こういう公案で悟りの臭さ味を除き、接物利生（せつもつりしょう）のはたらきを全うするのである。

五位は、もと曹洞系の法財であるが、白隠さんはこれに独得の見解を施して換骨奪胎し、自家薬籠中のものとした。

特に五位の兼中到の頌に「人々尽く常流を出でんと欲す、折合して還って炭裡に帰して坐す」とあるのを洞山の作ではないとして、弟子の東嶺円慈（一七二一―九二）と検討したうえで、「徳雲の閑古錐、幾たびか妙峰頂を下る、他の痴聖人を傭うて、雪を担うて倶に井を塡む」に置き換えられたことは、さすがに卓抜である。臨済禅の真面目は、この一頌によって躍如たるものがあるといってよい。

十重禁戒は、達磨の一心戒で、これによって無相心地の戒体を体証せしめる。

向上は、いわゆる仏見法見という悟りの跡を完全に掃絶し、「始めは芳草に随って去り、また落花を逐うて回る」といった、一切の拘束を離れた自由無礙の天地に逍遥させるにある。その意味で、向上はまた向下の道でもある。禅の禅たる真骨頂はこの辺にあろうかとおもう。

末后の牢関は、「末后の一句、はじめて牢関に至る」というもので、ここに至ってはこれといって定則はない。「一做さざれば、二休せ」ざるところの消息を体認するのみである。

以上は、白隠禅師によって分類された公案体系について簡単に述べたまでで、どういう公案がどの部類に属するかは、制限ある紙数のよくするところではないので省略する。それについては幸い秋月龍珉居士に『公案』なる好著がある。筑摩書房から出版されているので、興味ある人はそれを参照されたい。

ところで、白隠禅師によって組織体系化されて、再び生命を与えられた公案禅は、それによって多くの禅修行者を鍛えあげてきたが、いままた、禅が世界的規模において認識されようとするに際し、新たな観点からの再整理が必要になってきた。そして公案禅即梯子禅・鋳型禅のそしりを排除し、これこそが真に歴史転換の主軸としての真実の自己を確立し体現する唯一無二といわないまでも、その最良の道であることを立証する必要があるとおもう。

世上しばしば公案の功罪が論ぜられる。私もそれに耳を傾けることに吝かではない。しかし、公案の功罪は公案の底をつくした者であってこそ始めて論ぜられるべきで、もしそうでなく、初一関さえ満足に透過できないものが、公

案など実地の修行に何の価値もないと放言するならば、それは小学生が大学無用論を唱えるようなもので、滑稽というほかはない。公案に価値があるかないかは、公案自身の問題ではない。これを参究するもののやり方や態度いかんの問題なのである。

田辺元博士はかつて『正法眼蔵の哲学私観』において「定慧不二は行の媒介によって成る。此意味に於て日本の白隠禅は、禅道の大成であるということもできるのであろう。公案は東西全く類例を絶する修道の方法である。我々の功夫弁道に手懸りを与え、悟道の階梯を方便するものとして、公案禅は無比の力を有する」といい、また「公案によって日常的比量的思惟を二律背反の巣窟に逐い込むことは、同時に出身の一路を開くことに外ならぬ」といわれている。そして「公案を全然排するならば、禅の面目は失われる。それ程にも公案は禅の中枢を成すもの」だといっている。これこそ公案を知るものの言葉として、全く同感である。「もし同床に臥せずんば、争でか被底の穿たることを知らん」である。公案の価値は、公案のために死の苦しみを味わったものにして、はじめて知ることができるのである。

生活の禅

――盤珪と正三――

秋月龍珉

一

龍潭崇信がまだ天皇道悟のもとで侍者をしていた頃、ある日かれは師に言った。「わたくしが老師の所にきて以来、まだ一度も禅の心の大事について御教示を蒙りません。」師は答えて言った。「おまえがきてから、わしはこれまで一度だって禅の大事の指示を与えなかったことはないぞ。」弟子は言った。「どこで指示されましたか。」師は言った。「おまえがお茶を持ってくれば、わしはそれを受けとったではないか。おまえが食事を用意すれば、わしはそれをいただいたではないか。おまえが挨拶をすれば、わしもすぐに礼を返したではないか。いったい、いつわしが指示を怠ったというのか。」龍潭はしばらく頭をたれて考え込んでいた。すると師は言った。「見ようとするならすぐに見よ。それについて考えようとすれば、はやもうそむいてしまう。」龍潭はその言下にはっと気がついた（『伝燈録』巻十四）。

禅は生活そのものである。それをことさらに「生活の禅」などと言い出すのは、という疑問がまず頭に浮ぶが、ここでは禅の修行の実践方法から、道元（曹洞宗）の「只管打坐の禅」と白隠（臨済宗）の「公案の禅」に対して、主と

して盤珪永琢（一六二二—九三）と石平正三（一五七九—一六五五）の禅を呼んで「生活の禅」というものと解する。

鹿苑寺版の小畠文鼎著『続禅林僧宝伝』（荻野独園著『近世禅林僧宝伝』を受けて、近代日本の臨済宗の禅匠の伝記を漢文で書いた書物）は、筆者の愛読書の一つである。この書の第二集中巻に、「南隠禅師伝」があり、その終りの方に「祥福寺天応、罷参（所定の公案修行を終えて参禅をやめる）ののち、みずから謂えらく、これより聖胎を長養するのみ、と。たまたま師に一拶せられて、さらに師の炉鞴（室内）に投ずること六年なり。その余の尊宿も、師に請益（一通り修行した者がさらに教えを請うこと）する者鮮からずという」の文字がある。

そしておそらくは、右の一文の資料となったであろう故公田連太郎先生編『南隠老師追憶』に、徳雲寺宮城天祐の談として左記がある。——

ある時、天応和尚が私に話されますには、自分は初め九峰和尚の印可を受けて、これで大事了畢した。これよりはただ聖胎長養すればよろしいと思うたが、ある動機でとにかく南隠老師に相見しておこうと思い、東京に出て、老師はそのころ頤神院に寓居していらしった時であるが、そこへ行って老師に相見した。

その時、老師は、

「おまえは、いま傘をさして下駄をはいてきたが、ここへ上ってくる時に、その傘はどうしておいたか、その下駄はどうしておいたか」とおっしゃった。

自分はちょっとどぎまぎした。そこで、自分はまだ未熟なところがある。この老師に随侍せねばウソであると思うて、それから六年間随侍して、修行の練りかえしをした、と涙をこぼして喜んで話されたことがあります（前掲書）。

筆者にもこれににた経験がある。先年、中川宋淵老師を東大病院に見舞った際、建物の入口に靴ふきがおいてあったので、靴底をきれいにして、そのまま廊下から病室に通った。現代風のエチケットからいえば、これで何もいけないことはなかったかも知れない。

しかし、ふと気がつくと、帰って行く雲水諸君は、病室の入口にスリッパをぬいで行く。部屋の中にはスリッパの用意があったのである。「参った」と思ったら、もういけない。老師の後進に対する暖かな法愛につつまれながら、しまいには見舞にきて逆に見舞われる羽目になってしまった。維摩病室における文殊よろしく。

なにかどうも大変な間違いを、長い間修行の上で犯していたようだ。「公案にとらえられ、そのほかに禅なしと思い込んで」いた筆者の公案病を指摘して、天応和尚における南隠老師のような一拶を、初めて筆者に向ってあびせられたのは、長岡禅塾の森本省念老漢であった。おそまきながら、このごろようやく孝慈室老漢の示唆された修行の道がかすかに見えてくるような気がする。ここでは生半可な「公案」の工夫など害あって益なしである。

鈴木大拙先生に有名な次の話がある。――

老師に相見するといって、知客寮の広田天真師にともなわれ、十銭の相見香料というようなものを包んで、三応寮にいった。この天真師というのは、のちに円覚寺の管長にもなられた人であるが、知客寮でお目にかかった時、雲水坊さんというものは、こんなものかと思わされた。ちょっと達磨さんを想像されるような顔つきやら態度であった。何年かの間、禅堂生活できたえあげると、あんな風に一人前の禅坊さんができるのだろう。薫習の力は二、三年で浸透しない。どうしても六、七年はかかるだろう。意識することなくして、おのずから四囲の空気を吸いこむところに教育の効力がある。二年や三年で間に合わせようとしても、だめだ。それではイカモノ以上には出ない。鍍金はすぐはげる。禅堂教育というものを考える上においても、この無意識の薫染に意をそそがなければならない（『今北洪川』）。

一通りの僧堂修行を了えた天応和尚ですら南隠老師の一拶に逢った。まして「禅堂」という備えられた生活修行の場をもたぬ在家者に、やたらと「公案」だけを数えさせる最近の居士禅・大姉禅のあり方には、在家禅会盛んなりといって手離しで喜べないものを筆者は感ずる。もともと「公案」工夫は僧堂生活における雲水修行の一環にすぎなか

ったのだから、どうしても公案工夫のまねごとだけでは禅の修行は完成しない。公案の「数え参」だけに走らず、専門僧堂のあの全生活訓練を在家の日常生活に新しく生かす工夫が何よりも大切だと思う。

曹洞宗に「威儀即仏法、作法是れ宗旨」という語がある。まさにこれである。しかし、それはただ世間でいう礼儀作法をいうのではない。そこに「宗旨」がなければ仏法ではない。在家の摂心（合宿修行）でタクワンをかむ音をたてるなと教える。「三黙堂といって、禅堂と食堂と浴堂では口をきいてはならぬ」という話をして、「作法これ宗旨」という語を紹介する。この際、現代人には同時にその意味を説明することが大切だ。――「照顧脚下」という札を見て玄関ではきものをそろえるのも、食事で音をたてぬようにというのも、禅でいう場合は、決してただのお作法のしつけではない。それはまず第一に、ともすれば外に飛びがちな心の眼を内へ――自己へと取って返すための古人の親切な工夫である。こうして禅の修行は、一切がただ「見性」（自己の仏性を徹見すること、真実の自己にめざめること）をめざして行われるのだ、と。

禅には雑務というものがない。雑務なら、できるだけ手際よく、早く片づけて、本務にとりかかるということになるが、禅では一切が、食事も掃除も、何もかも、朝起きてから夜寝るまで、すべてこれ本務である。ここを南泉禅師は「平常心これ道」といわれた。「運水搬柴これ神通」で、水をはこんだり柴をかったりする、もっとも浅い日常の生活の中にこそ、もっとも深い宗教的な神秘を見るのである。そこに、「東洋の心」がある。だから、肝心の悟りの眼が開けず、「真正の見解」（臨済）というものがなかったら、「威儀即仏法、作法是宗旨」（道元）といっても、禅ではない。それだけでは断じて仏心宗とはいえぬ。

こうして一挙手一投足に、外に向きがちの放心を内へ取って返し（廻向返照・照顧脚下）、自己へ自己へと工夫するところに、悟り（見性）への契機がある。ここに「生活禅」の一つの眼目がある。フスマをあけていきなり飛びだすものではない、かならず一定の間をおいてから入れ、という教えも、決して武道だけの用心ではない。心をここにお

けば、生活の場のすべてが「現成公案」(悟りの契機を直指する即今の問題)になる。もともと「公案」というものはそういうふうにしてできてきたものであり、またそのように生活の場を離れることなしに参究すべきものであった。ここに、天応和尚の「練り返し」という語の真義もある。

二

以上一応今日の公案の禅に即して、筆者の考える生活の禅について考察してきたが、次に公案を用いることなく真平常の生活そのものの中に禅を直指した、正三や盤珪の禅についてのべてみたい。

盤珪永琢(一六二二—九三)は臨済宗に属し、時代的には白隠(一六八五—一七六八)の少し先輩に当るが、ある僧に「古人の公案などを工夫して学道のためになりましょうか」ときかれて、「馬かた、船頭のことまで知られるものでない」と答えている。また「身どもが所では、そのような古反古のせんぎは致さぬ」ともいう。

ある僧がたずねた。「わたくしは長い間、百丈野狐の公案を工夫して、骨を折ってきましたが、まだ会得いたしません。これは工夫が純一でないからだと存じますので、禅師のご教示をいただきたいと存じます。」

盤珪は答えた。「わしの処では、そんな古反古のせんぎなどしない。おまえはまだ自己の本性は〝不生にして霊明な仏心〟じゃということを知らぬから、言うてきかせよう。不生で一切がらちのあくことじゃから、わしのいうことを、とっくりと聞くがよい」と言って、いつものように「不生の仏心」の説法をした。

この話をそばできいていた僧が、「そんなら公案は役にも立たず、要らぬものでございますか」と問うと、盤珪は、「公案というものは、古人が相手次第に、その場その場の質問に対して、応待された言行の跡で、今日の我々に別に用事はない。だから、自分がいま、要るとも要らぬとも、役に立つとも立たぬとも、何とも言おうようはない。人々みな〝不生の仏心〟でおれば、それですむことだから、この不生という本筋の生活だけでよいことで、そのほかに百

丈がどうの野狐がどうしたのと、いらぬ脇かせぎなどしようようもないことだ。それだから、不生でいるようにしたまえ。人間の本性は〝不生にして霊明な仏心〟にきわまっているのだが、それをおまえはひたもの脇かせぎが強いために、かえってそれに迷わされているのだから、それをやめてただ本来の〝不生の仏心でおる〟ようにせよ」と教えた。

かれはまたこうもいう。「総じて近代の師家方は、公案という道具をもって人を教育して、道具でなければらちはあかぬもののように思うて、道具なしに直接仏心をさしつけて示すことをしない。道具でなければかなわぬように思って、道具でばかり人を教育するのは、盲目禅者というものだ。あるいはまた禅に入るには、大疑団を起して、その疑団が破れなければ役に立たぬから、まずどうあろうとかまわず疑団を起せといって、〝不生の仏心のままでおれ〟とは教えないで、疑団のないものに疑団を担わせて、仏心を疑団にしかえさせる。誤りというものである」と。

またある僧がたずねた。「古人は〝大疑の下に大悟あり〟といわれています。それなのに、老師は修行者の大疑をお用いになりませんのは、どういうわけですか」と。盤珪は答えた。「大疑というのは、むかし南岳が六祖に参じた時、『何物がそのようにしてやってきたか』と聞かれて、答えようとして答えられず、八年間この語を疑って、ついに『説似一物即不中（一物を説けば、即ち中らず）』と答えたようなのが、これが真の大疑・大悟というものである。たとえていうと、出家が大切なただ一枚の袈裟を失くして、どれほどたずねても見つからぬとき、かたときも捨てておけずにたずねるようなのを、実の疑というのだ。この頃の人が、古人も疑ったからといって、師家から公案などをもらって疑を生ずるのは、疑のまねごとというものである。実の疑ではない。だから実詣（真実に到る）の日がない。それは失いもせぬものを失うたと思って、たずね求めるようなものだからだ」と。

寝ても起きても居ても立ってもおられぬほどの「大疑」にして、はじめて機を得て豁然として「大悟」へと転発する。これほどの切実な問題意識なしに、ただ機械的にムームーやらせる「心理禅」では真の見性など到底望めないと

いうのである。

盤珪はただちにまたこの法語の心を実地の教育に用いる。網干(あぼし)の新屋敷にいたころ、必要の書きつけが見えなかった。隠侍たちが百方さがしたけれども見つからない。みんなして一所懸命さがしてようやくたずね出した。そのとき盤珪は、「おまえたちが、初めから、家をくずしても探し出すという心があれば、早く見つかったはずだが、いいかげんな心でたずねるから、なかなか見つからぬのだ。この書きつけは今しいて必要なものというわけではないのだが、おまえたちに一生の覚悟を教えるために探させたのだ。いいかげんなことでは半人前にもならぬぞ」と言って、しかった。

今日のように禅の修行を一にも二にも「公案」にたよると、それが便利なだけに、こうした実地の弟子の教育がおろそかになって、ついには弟子たちに「手前の上を究める」ことを忘れて「よそごとを言い廻る」「脇かせぎ」に精を出させることになり、参禅入室などといっても、ひっきょう「衆生に毒を食わ」せる結果になる。

次の盤珪の語は、これをそのまま今日の白隠下亜流(エピゴーネン)の公案禅に対する批判の語として見ても、少しもさし支えはない。

「いまどき公案を第一として、坐臥にもわすれぬようにしてつとむるを禅と思うておるたち多し。これ不明なり。本来、不生の仏心一つなるに、この上に公案をおき、心上に心を生じて、公案をにのうは苦労のことなり。その公案提撕(ていぜい)を禅と思うやからは、みずから禅を知らぬゆえに、人が禅を問うも禅はこれじゃ、これにきわまったといって、人に安心落著(らくじゃく)さすることを能(よ)くせずして、有無にただ古人のまねをしてまぎらかしておき、またつまりは自悟自証(じごじしょう)してみよ、この事は唖子(おし)の夢を見るがごとくにて、いうべきなしなどという。つまりみずから会処(えしょ)はなく、ただ古人の示しをおぼえていて、古人の示した似たことを示すゆえ、これらを〝相似(そうじ)の禅〟というなり。」

盤珪はいうのである。「不生の仏心」というただ「今日のわが身の上の批判」ですんで、「一切がらちがあく」こと

なのに、――すなわち「本来、不生の仏心一つなのに、その上に公案をおき、心上に心を生じて」「脇かせぎ」をして、肝心の「手前の上」を究めることを忘れるのは、愚かなことである。だから自分は一切「道具（公案などの）なしに、直接仏心をさしつけて示す」「不生禅」を説いてやまないのだ、と。

それでは「不生禅」とは何か。「不生の仏心」とはどういうものか。盤珪はいう。――

「仏心は不生にして霊明なものに極まりました。不生な仏心、仏心は不生にして霊明なものでござって、不生で一切事がととのいまするわいの。その不生でととのいまする不生の証拠は、皆の衆がこちらむいて、身どもがこういうことを聞いてござるうちに、うしろにて烏の声雀の声、それぞれの声を聞こうと思う念を生ぜずにおるに、烏の声雀の声が通じ分かれて、聞き違わずに聞こゆるは、不生で聞くというものでござるわいの。そのごとくにみな一切事が、不生でととのいまする。これが不生の証拠でござるわいの。その〝不生にして霊明な仏心に極まった〟と決定して、直に不生の仏心のままでおる人は、今日より未来永劫の活如来でござるわいの。今日より仏心でおるゆえに、わが宗を『仏心宗』といいますわいの。」

「聞こうと思う念を生ぜずにおる（無意識）のに、烏の声、雀の声が通じ分れて、聞き違わずに聞こゆる（意識）」といっても、「分別知」（Vijñāna 識）の立場からすれば、それは単なる感覚ないし知覚となんの変るところもない。しかし盤珪のは、いわば「無分別智」（Prajñā 般若）とでもいうべき、「不生の場」からの発言である。盤珪は常にこの「不生の場」（絶対無・本分）から一切の生滅（相対・現成）を見ようとする。そこに何でもない雀の声にプラス・アルファー（宇宙の神秘）を聞きとる（聞声悟道）ことができるのである。しかし「不生」（無分別―真空無相）では、まだ理的・普遍的・抽象的で、その中から事的・個別的・具体的なはたらきが出ない。それで「仏心」（分別―真空妙有）という。「見よう聞こうとは存ぜねども」、すなわち何々「しようと思う分別の念を生ぜねども」、自由にはたらく「霊明な仏心」（無分別の分別―真空妙用）であってはじめて、見聞覚知の世界に出て、その主人公（無位の真人）として生きたは

たらきが可能になる。だから盤珪はいわゆる「自性清浄心」が「不生」自体（絶対・平等）にとどまらず、「見聞覚知」の日常生活（相対・差別）の上に出入して〝霊明にはたらく〟ところで、動的・行為的に「不生の仏心」を直観（証拠）せよと説くのである（こう見なければ先の雀の声云々の説法も意味をなさぬ）。だから盤珪が「仏心は不生にして霊明なものに極まった」というのは、唐の臨済が「一無位の真人あり、常に汝ら諸人の面門（眼・耳・鼻・舌・身・意）より出入す。いまだ証拠せざる者は看よ看よ」というのに対する、日本禅者の答えだと見てよい。こうして盤珪の直示な不生禅のすすめは、唐の禅者の端的な本心の直示（直指人心、見性成仏）に直結する。

盤珪はいう。——

「今この場におる人は、一人でも凡夫はござらぬ。みな人々不生の仏心ばかりでござる。凡夫でござると思わっしゃる方がござらば、これへ出さしゃれい。凡夫はどのようなるが、凡夫でござるというてみやしゃれ。この座にも一人も凡夫はござらぬ。もしこの座を立って敷居ひとつまたがり出るか、また人前に出て人がひょっと行きあたるか、また後からつきたおすか、また宿所へ帰って男でも女でも、子供でも下男下女でもあれ、わが気にいらぬことを見るか聞くかすれば、はやそれにとんじゃくをして、顔へ血をあげて身のひいきゆえに迷うて、仏心を修羅についしかえるなり。そのしかえるときまでは、不生の仏心でいまして、凡夫ではござらぬ。そのとき生じて、ついちょろりと、凡夫になりまする。一切の迷いはかくのごとく、むこうのものにとんじゃくして、わが身のひいきゆえに、仏心を修羅にしかえて、ひとりでにみなまよいます。むこうのものはいかようにありとままよ、向うに貪著せず、わが身のひいきをせずして、ただ仏心のままでいて、余のものにしかえさせねば、迷いはいつとてもできませぬ。常住不生の仏心で日を送るというものでござる。しかれば今日の活仏ではござらぬか。決定して今日の活仏で尊いことでござる。」

「ただ仏心のままでいる」活き仏の生活、それは曹洞宗の「威儀即仏法、作法是宗旨」の奥にある「本証妙修」の宗旨にも通ずる「不生禅」の極意である。

盤珪はいう。——

「平生不生の仏心決定してお る人は、寝れば仏心で寝、起れば仏心で起き、行けば仏心で行き、坐すれば仏心で坐し、立てば仏心で立ち、住すれば仏心で住し、睡れば仏心で睡り、覚れば仏心で覚め、語れば仏心で語り、黙すれば仏心で黙し、飯を喫すれば仏心で喫し、茶を喫すれば仏心で喫し、衣を著れば仏心で著、脚を洗えば仏心で洗い、一切時中、常住、仏心でいて、片時も仏心にあらずということなし。」

三

石平正三(一五七九—一六五五)は、時代的には盤珪よりさらに先輩で、臨済宗で得度したようだが、自分の創めた寺は先祖伝来の曹洞宗に属せしめたらしい。しかし宗旨の上では、臨済・曹洞にとらわれず、日本禅門の一匹狼的存在であった。正三の禅は「二王禅」の提唱で有名であるが、ここにはそのことは割愛して、ただちにかれの「生活禅」の紹介に入りたい。

正三一日示していう。「万事の中で工夫を仕習うべきだ。もの食う時も、もの言う時も、一切の事業をなす上にも、二王の気を抜かさぬように用い習うべきである。やがてその心が熟して、万事と工夫と一枚になる。これを工夫の中に万事をなすというのだ。」

正三の教えを受けたある人がいうのに、「この前、師と同道して道を歩いていたら、折ふし道がひどく悪くて、すべる処があった。そのとき道人はいわれた。『すべる道は気がぬけず、よいものだ。おまえたちを常にすべり道に立たせておきたいものだ』と。」

またある日の教示に、「へいぜい禅定でおるほどに坐禅を仕習うべきだ。浄土宗では念仏で信心を起し、禅宗では坐禅で無相無念の本心を修し出すのだ。だから、強く眼をつけて、みずから勇猛精進の心がわき出るほどに修行すべ

きだ。そうでなければ、あの煩悩に負けて、ふだんに坐禅でいることはできない。」

「平生、禅定にておるほどに坐禅を仕習え」というのは、至道無難禅師のいわゆる「せぬ時の坐禅」である。わが白隠もまた「動中の工夫は静中に勝ること千万倍す」といった。

ある日の夜話で正三はいった。「修行というものは、なかなか上りがたいものだ。自分はいま十二時中、坐禅でないことはない。たとえば、大勢と交り、上下へかえし、相撲をとり、おどりをおどり、どれほどはね狂っても、坐禅の機は少しもたじろぐことがない。またよく若い時から心づいて自己を守ってきたが、その時分からはやくも念には勝って、まかされなかった。それからしだいによく修行して、どんなことにもたじろがぬほどにしつけたけれども、まだそれでも生死のためにはならない、修行とはなかなか大変なものだ。」

次に正三のそうした具体的な生活指導にふれてみると——、ある日天徳院の茶室で、ある僧が茶をたてるのを見て、若者たちに茶のたて方を教えようといって、正三は自分で茶をたてるようすをして言った。「莫妄想、莫妄想と、たてるのだ」と。

一日読経の折に教示していった。「体をすっくと保ち、気をへその下に落しつけ、眼をすえて読経せよ。こうすれば、お経を読みながら、禅定の機を修し出すことができる。ぬけがらになって読んでは、功徳にもならぬぞ。」

また言った。「読経は機（気）のすわる位を本位とする。無理看経（看経は読経のこと）・抜坐禅などして、機をへらしてはならぬ。ただ読経で機のすわる位を仕習うがよい。これが煉磨というものだ。」

ある日、さる大名の奥方がたずねてきて後世の用心を問うた。正三は、小歌で後世を願うがよい、といってその場で歌わせた。そしてその奥方の歌うのを聞いて言った。「そんな哀れな声、美しそうな節を本とせず、胴から声をはり出して、あぶなげなく歌われよ。常にそのように心がけたら、自然と禅定の機を会得できるだろう。よく熟すれば、歌わない時もその機を用いることができるようになります」と。

またあるとき能役者の観世某がたずねてきて、仏法を問うた。正三はいった。「気をきっとして、胴から声をつき出して謡を歌う時、諸念（雑念・妄想）があるか。」かれは答えた。「念はありません。」正三はいった。「それがとりもなおさず坐禅の機というものだ。仏法といって別に用心はない。つねにこの機を用いるだけだ。もしこれが熟すれば、無相無念の心になるだろう。無相だからよく物に応じて形（相）を現ずる、そのとき神・男・女・鬼の舞をそのまま仏法に用いることができて、仕方も謡も、いよいよ名人となり、仏法も世法もともに成就できる。貴殿はただ謡で坐禅を修行されるがよい」と。

正三はよく言った。「謡はよくできたもので、日本で造られたものの中では、おそらく一番だろう。」

正三は臨済宗の見性の安売りを好まなかった。云く、「このごろも済家僧の十八、九になる人を、見性の人といって尊ばれる由を聞き及んだ。そのようにたやすく悟ることができるものなら、自分もはや仏にも菩薩にもなっているだろう。若い時から心がけて、胸中燃えるような一大事への求道心が起り、今日八十まで修行しても、まだひまはあかないのだ。」

「初心の者に悟りを安く授け、ちょっとの間にひまをあけさせることは、仏法の大罪だと思う。この頃は、世間でこんな禅の指導が多い。恐ろしいことだ。自分はただ浄土宗のように、念仏を申すよう修行させるのが好きだ。だから、初心の者には、まず念仏の仕方を授けるのだ。」

そして念仏の仕方をたずねられると、正三は眼を見すえ、拳をにぎり、きっと胸をはり出して言った。「ナマダブ、ナマダブ、ナマダブと申せ。つねにこのように機を用いなければ役には立たぬ」と。そしていう。「仏道修行というのは、始めから終りまで、ただこの機一つをもって生死を離れることだ。生死さえ離れたら、成仏だ。だから、この機一つをもって成仏すべきだ。別に何も要らぬ。公案工夫によって得た見解などということも、さして用には立たぬ。薬変じて毒となり、結局怨になることが多い」と。

またいう。「大鐘をがんがんと扣き込んで、南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏と、力を出していえ。そのとき悪業も少しも面だしはならぬ。こうして平生二王の機を用いて念を滅することだ。」

こうした正三の禅は必然的に「在家仏法」となる。正三はいう。「今時の人はみな、仏法は悟らなければ役に立たぬと思うている。そうではない。仏法というものは、ただいまの自分の心をよく用いて、いま役に立つことだ。」「抜けがら坐禅をして、あっか茫然となって、物を思わないのを、無念無心だと思っている人がある。これは大きな間違いだ。……仏法の無念無心というのは、一切の上に用いる無念無心だ。悲しむ時も、悦ぶ時も、万事に使う無念無心である。」

ここで正三ははっきりと宣言する。「仏法と世法と二つではない、というのは、世間の上を修行に用いるのである。そうすれば修行の功で、世間をしだいに自由に使えるようになる。仏法がなければ、世間を自由に使うことはできない」と。そして「世法で成仏する」、はては「世間をそのまま仏法に用いなければ仏法ではない」とまで断言する。

正三はいう。「仏は万徳円満であると、心を自由に使うて、世間の用に立つのが正法である」「世間の三宝といって第一に世間の用に立つものである。そうでなければ三宝の名は偽りである」「本覚真如の一仏が、百億分身して、世界を利益したもうのだ。鍛冶・番匠をはじめ、諸職人がなくては、世間の用処は調わない。武士がなければ、世は治まらぬ。農人がなくては、世間の食物はない。商人がなければ、世間の自由はない。このほかあらゆる事業が出てきて、世の為となるのだ。……手の自由、足の自由、ただこれ一仏の自由である。」

「仏法は渡世身過に使う宝」だといった正三は、武士には武士の、町人には町人の、農民には農民の仏法をと、「在家仏法」を初めて自覚的に明白に説いた近世「在家仏法」の先覚者であった（中村元『近世日本の批判的精神』春秋社刊参照）。

正三は出家を望む武士に向っていう。「修行というものは、強い心をもって修することとなのだから、出家よりは侍

の方がよい。そのわけは、侍はまず主人を持って機に油断がない。つねに大小をさして、すわといえばいう機が、自然と備わっているからだ。この機でさえ用いることができず、まして出家になって機がだらりとなっては、何の役に立とうか。」

ある日、若い侍が二人やってきて、修行の用心を問うた。正三は逆にかれらにたずねた。「あなた方は何役をつとめられるか。」一人が答えた。「広間番を仕る。」正三は教えていった。「狼藉者がでたら、たとえ攀噲・張良であっても、八幡通すものかと、きっとねじ廻して番をせよ。これがすなわち坐禅である。」もう一人は「供番である」という。正三はいった。「何者でもあれ、うろたえ者、または逆心の者が出で来たら、たちまち無手と引っ組んで、指し違えようと、きっと死をきわめ、眼をすえて供をせよ。これがすなわち坐禅である。機をぬかして供をしては、役には立たぬ」。

百姓たちに向ってはこう説法している。「農業がすなわち仏行だ。農業生活以外に別に仏道修行の用心を求めてはならぬ。お前たちも体は仏体、心は仏心、業は仏業なのだ。けれども、ただ心むけ一つが悪いために、農業という折角の善根を作りながら、逆に地獄におちるのだ。憎い可愛い惜しい欲しいなどと、さまざま自分で悪心を作り出して、この世では日夜苦しみ、あの世では永劫地獄・餓鬼・畜生という悪道におちるのは、くやしいことではないか。それだから、農業をもって業障を尽くすのだ、という大願力を起して、一鍬一鍬に、南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏と耕作をすれば、かならず仏果に至ることは間違いない。」

職人が問うた。「後世の菩提は大切のことだとよく承知しておりますけれども、家業を営むのに忙しくて、日夜渡世のかせぎに追われております。こうした私たちがどうして仏界に預ることができましょうか」と。正三は答える。「どんな事業もみな仏行だ。人々の仕事の上で成仏せよ。仏行のほかの作業はない。一切の所作はみな世界の為となることを知らねばならぬ。仏体を受け、仏性のそなわっている人間が、心得が悪くて、好んで悪道に入るようなこと

ではまことに惜しいことではないか。」

商人がたずねた。「たまたま人間界に生を受けましたのに、つたない商売を業として、得利を思う念がやむ時なく、菩提に進むことがかないません。まことに無念の至りであります。何とか方便をたれてお導きをいただきとう存じます。」正三は答える。「売り買いをする人は、まず得利の増すような心づかいを修行せよ。その心づかいというのは、ほかのことではない。身命を天道になげうって、一筋に正直の道を学ぶことだ。正直の人には諸天の恵み深く、仏陀・神明の加護があって、災難を除き、自然に福をまし、衆人の敬愛を受けること浅からず、万事が望み通りになるであろう。私欲をもっぱらとして、自他を隔て、人をぬいて得利を思う人には、天道のたたりがあって、禍(わざわい)をまし、万民の憎みを受けて、衆人の敬愛を受けず、万事心にかなわないであろう。……これを恐れ慎みて、私欲の念をすて、この売買の作業は、国中の自由をなさしめるための役人として、天から自分に与えられたところだと思い定めて、この身は天にまかせて、得利を思う念をやめ、正直の旨を守って商売をすれば、火がかわけるにつき、水がひくきに随って流れるように、天の福が相応して、万事が心にかなうであろう。」

こう見てくると正三は「在家仏法」以外に認めなかったように誤解されないでもないが、かならずしもそうではない。かれはただ当時の僧侶に愛想をつかしていただけであって、「出家仏法」そのものの意味を認めなかったのではない。

ある人がたずねた。「同じ程度の人では、僧と俗とでは、どちらが修行の為によいでしょうか。」正三は答えた。「大数(たいすう)をいうと、出家は双手(もろて)打ち、在家は片手打ちだ。在家には修道の障碍(しょうげ)になる縁が多い。この点出家は障縁が少ない。けれども今時の出家衆は、みな仏法嫌いである。俗の半分も道を好む者がない。その上、機がだらりとして、不義心が多い。ところで侍は主人を持ち、機に張り合いがあり、また自然に死を守る心がある。結局、今時は、修行は俗がするのだ。そうはいっても大真実の人なら、出家の徳の大いなることは言うまでもない」と。

〔追記〕　なお正三・盤珪の禅については、小著『禅門の異流』（筑摩書房『日本の仏教』第十二巻）を併せ読んでいただけたら幸甚である。

臨済宗における禅堂の生活

加藤隆芳

ここにいう禅堂とは専門道場のことである。臨済では通称僧堂と呼ばれる。昔のいい方を以ってすれば叢林というので『禅林宝訓音義』に「叢林は乃ち衆僧所止の所、行人棲心修道の所なり。草の乱れずして生ずるを叢と曰ひ、木の乱れずして長ずるを林と曰ふ。其の内に規矩法度あるを言ふなり。」と説明されており、ちょうど樹と樹が叢り相競いあって、天空にのびんとて林をなしているがごとく、修行の僧が切磋琢磨している状態をいい表わしたものである。

昔は七堂伽藍の一部として禅堂があった。京都東山の東福寺に現存しているのがその代表的なものだが、各寺院そのものがみな叢林であった。時代の変遷とともに寺院の形態が変り、布教の場としての寺と、布教をする人を養成する道場とに分れ、それが専門道場という形態をなしたものと考えられる。現今臨済下で専門道場として看板を掲げているものは全国各派三十七ヵ僧堂くらいかと思うが、その開単は時期的にさまざまであるが、専門道場の歴史そのものはそれほど古くはない。禅堂が七堂伽藍の一部から独立して専門道場となったのは、別な言葉で専門的にいうなら、今の僧堂は常会の叢林であるということである。

一　僧堂の機構

僧堂の人としての構成は師家と雲水とである。行雲流水という句から雲水という言葉が修行僧の呼名となっているが、我が師とするに足ると思う師家を求めて集まって来るのである。すでに僧堂を巣立って行った人々をも含めて会下という。会下のうち現役中に評席をしていた者を旧随といい、旧随中より何人かが輔佐員として選定される。評席とは雲水中の上位の者で、知客、副司、直日、聖侍、といった諸役を担当するので役位とも呼ばれるが、この人たちの評議によって僧堂の運営が協議され、輔佐員と相談し、最後に師家へ上達裁可を得るという仕組になっている。知客は僧堂大綱の総取締り役で紀綱寮ともいわれ、副司は経済方面で金庫の番人、直日は禅堂内坐禅の指導責任者、聖侍は禅堂の仏である文殊大士のお世話をし、また禅堂内大衆の世話役である。

時間的には半カ年が一単位になっており一夏という。先に常会の叢林といったが、その意味は、形式的には昔の名残りにより一夏ずつ区切っても、師家が一夏で変るわけでなく、道場の場所が変ることもないということである。一夏というのはなぜかというと、一カ年を真二つに分け、二月から七月までを雨安居といい、八月から一月までを雪安居という。安居というのは、釈尊の時代に夏の雨季の間禁足護生といって、無益の殺生をせぬよう一切他行せず、穴居して修行したことから始まる。従って夏の期間に限られており、その他の期間は遊行されておったので、そこから夏という言葉ができたのである。常会の叢林では年中が安居の状態であるので、冬期にも安居の制を設けて、一年が二夏制となった。夏の標準は短期九十日、長期百二十日となっている。夏は短期、冬は長期となる。一夏はまた制中、制間の別に分けられる。たとえば一月三十一日に雪安居が終り、二月一日より夏が変り夏制となり、五月一日雨安居結制、七月三十一日解制となり、八月一日より夏が変って冬制、十月十五日より雪安居結制、一月三十一日雪安居解

制と、このように繰り返される。五月一日より七月三十一日まで、十月十五日より一月三十一日までの結制中を制中といい、その他の期間を制間という。特に二月と八月の両月は休暇のような形となり、暫暇（二夜三日を越すと暫暇といい、それ以下の休暇を弁事という）して自分の用事を弁じたり、自坊へ帰って手伝いをしたりする。しかし本来、常会の叢林には制中制間の別はないといわれ、年中が修行の期間であるが、仮りに制中制間の別を設けて気分転換の一助ともし、また諸役交代の便宜ともしたのである。この二月と八月の過し方は個人的にまちまちであるが、この間を利用して四国八十八ヵ所の行脚巡礼をしたり、托鉢をしながら無銭行脚をしたり、志のある者は、山中に籠って断食の坐禅を一週間、二週間と期間を区切って決行する者などもある。制中は参禅弁道に専念するので、社会的な見聞ができなかったり、自分でやりたいと思う勉強ができないので、制間にはいろいろと計画して自分でやりたいことを実行するわけである。

二　堂内と常住

僧堂の内部を大別して、常住と堂内とに分ける。常住は知客、副司、典座、殿司、隠侍の諸役に分れていて、それぞれの部屋を寮舎という。そこで寮の字を下につけて、知客寮副司寮という風に呼ばれる。知客と副司は前にも述べたごとく評席、つまり僧堂の首脳部で、時には一人で両方を兼任することもある。典座は三度の食事を作る役で、またの名を雪峯寮という。そのいわれは、中国に雪峯義存禅師という祖師がいて、その修行時代いつも飯杓子を持って歩き、みずから典座の役を志願し、人が粗末にする残物を集めてこれを煮て食べた。まことに典座の模範ともいうべきところから、その名前を取って雪峯寮というのである。「渓間に流菜を拾う」という句があるが、これも雪峯和尚の逸話である。一人の雲水が徳山に参じようとて、渓流に添って上って行くと、上流から菜の切端しが流れて来たの

で、旅の雲水はこれを見て、「一筋の野菜といえど、粗末にするようなところはろくな道場ではあるまい」と思い、山を下りかけると、一人の僧がこの流菜を追いかけて下って来た。そこでこの旅の雲水、思い直して、これぞまことの禅僧のあり方なりと感じ、徳山へ入門したという。この僧が雪峯の若き日の姿であったという物語である。

その雪峯が徳山和尚のもとにあって、相変らず典座をやっておった。毎晩人の寝静まる頃になると、何やら火に鍋をかけてぐつぐつ煮ておる。師の徳山も捨てておけず、これが大衆の問題となり、毎夜一人でうまいものをこっそり煮て食っておるという風評が立った。師の徳山も捨てておけず、ある夜こっそり雪峯の部屋へ行って見ると噂の通りである。いきなり鍋の蓋をあけて食べて見ると、なんともいえぬ味で、とても食べられたものでない、これはいったい何かと問うと、雪峯の曰く、皆が野菜の切端を粗末にするので流しに袋を受けて、一日たまったものを煮て食べておりますという。その答に師の徳山も感心し、さっそくこのことを大衆に発表、以後ますます大衆が心服したという。これも後代の亀鑑なりとして、今にその名がいわれている。

殿司は経を読む役で、また僧堂の時計の役をもする。毎朝一番に起きて門をあけ、起床の鈴を鳴らして大衆を起す。知客寮の用をも弁じるので知殿ともいう。本堂における行事一切、お経を読み、清掃をし、仏様のお給仕をする。隠侍はまた三応ともいうので、老師（師家のことを老師と呼ぶ）の部屋を隠寮といい、その侍者という意味で隠侍と呼ぶのである。隠侍は老師の来客への接待から、墨跡の手伝い、掃除、洗濯等なかなかむずかしい仕事である。最も苦心するのは来客時の食事で、だいたい気のきいた者が選ばれるが、中には一度も料理などしたこともない者もあり、時には大変な失策を演ずる。私も僧堂に入ってから二年半の時、二度目の常住入りをし、隠侍に当てられたが、何も経験がないのでずいぶん苦労をした。それでも一夏隠侍をやると、けっこう料理も覚えて一人前の隠侍となり、老師の避暑地へ制間に呼ばれて、精進料理を作るよう命ぜられたりしたものだ。

しかし師の意を体するのは並み大抵のことではない。東嶺禅師も『五家参詳要路門』の中に三等の侍者ということ

を示している。「予、侍者を使ふこと数十年、熟々之を見るに、三等の侍者あり、曰く孝、曰く正、曰く平なり。所謂孝は唯だ事ふるに純業を以てして、能く常に師の意を安んずる者なり、正は一諾して能く命を須ひて、常に怠らざる者なり。所謂平は孝正なくして、事ふるに庸常を以てし、半須ひ半違ふ者なり、其の余は言ふに足らざるのみ」と。孝に類する隠侍は滅多にいない。何しろ、命令されない前に師の意を体するというのであるからむずかしい。私の先輩で横浜の人がいて、天龍の精拙老師が、永年隠侍を使ったがこれくらい気のきいた者は初めてだといわれたが、これは孝に類する人。昔では阿難尊者がお釈迦様に侍すること三十年、すこぶる聖意に合えりといわれ、白隠禅師も、透鱗禅師の看病をして寒夜蒲団の中に入って師の老軀を温めたといい、孝の代表的なものと伝えられている。

そのほか、副司寮の下に副随という役がある。米麦の出入り、托鉢の割り当てなどなかなか面倒な役で、比較的古い者が担当する。こうした常住は一夏ごとに交代することになっており、知客、副司は評席同志で廻り持ち、他の諸役は堂内の大衆中から評席の協議によって選ばれる。声の良い者は殿司へ、頑丈な者は典座へ、気のききそうな者は隠侍へ、というふうに当てられる。どうしても使いものにならなかったり、評席に睨まれた札付きは、万年堂内といって、常住に入れてもらえないという現象も起きる。早くて三夏から常住入りをするというのに、五年間も僧堂にいて一度も常住に入れてもらえなかった者もある。各寮の人員は衆の多少によって違うが、典座三人、殿司二人、隠侍三人といった具合で、それぞれ一番頭のものを寮頭といって、各寮の責任者となり、仕事は当番制で順番に当る。

常住に対して、役付きでない者、即ち禅堂側を堂内という。堂内は、侍者寮に寮舎を持つ役位と、禅堂に起居する大衆とに分れる。侍者寮には聖侍と、直日の寮頭部屋と、侍者寮の部屋、助警部屋とがある。聖侍の寮頭は評席であるが、今一人古い者の中から寮子が選ばれ、堂内大衆のすべての世話をする。作務の割り当てや病人の世話、堂内のお茶汲みなど。また禅堂には後門と前門とあるが、常に出入りするのは後門で、後門辺の取締りが聖侍の役である。聖侍は通常侍者っさんと呼ばれ、堂内の大衆は侍者っさんの許可なくしては外出することはできない。聖侍はまた常

住と堂内との連絡機関でもある。毎朝知客寮から出た告報は殿司を通じて聖侍に伝達される。また堂内の事柄は聖侍を通じて知客寮に伝達される。

次に直日は、堂内坐禅の総取締りである。打坐の線香を立てる台を香盤というので、香盤辺を預るという。直日は文殊大士に成りかわって大衆を策励する。直日の気合一つで堂内が緊まったり緩んだりするのである。評席と大衆の中に助警がある。典座の寮頭も助警であり直日の助けをする助香も助警である。助香は直日と交代で香盤を預かる。また助警は、大衆の多い時には数名おることもある。堂内で起居する大衆の一番高単の者を大衆頭という。

僧堂に最初に入った一夏を新到といい、一年目の後半を二夏目、順次三夏四夏というふうに数えるが、夏の古さにより高単、中単、末単、新到と分ける。この区分はだいたい大衆頭が適宜決める。新到三年隣単の顔を見ずなどというから、昔は三年間新到の部に属すると見たのだろうが、今では次の新しい者が入るとこれを新到というから、二夏目から末単の部に入るわけである。

末単が新到を締め、末単を中単が締め、中単を高単が締め、高単から助警・評席と順次締めくくっていくことによって、僧堂の秩序が保たれる。もちろん修行僧の本来からいえば、高下の差別はないが、お互いを律し切磋琢磨していくためには、こうした差別も捨てがたいものである。元来僧堂の主体は堂内にあるので、それは即ち主体が坐禅にあるということである。坐禅をする堂である禅堂が、専門道場や僧堂と同じ意味で使われるということも、わかっていただけると思う。

堂内には延寿堂という建物がある。これはまた病僧寮ともいわれるが、衆中もし病人が出た時、侍者寮へ頼み、延寿堂で療養することが許される。以上、僧堂の機構のだいたいを紹介したが、道場により多少の相違があることを御承知願いたい。

三　僧堂入門

禅宗の僧となるには、宗門の学校にしても、一般の学校にしても、卒業後は必ず僧堂で坐禅修行しなくてはならない。これを行脚に出るという。そして僧堂に入ることを掛搭するとか掛錫するとかいう。僧堂掛搭には入門の作法がある。掛搭は全国どこの僧堂にしても自由であるが、結局師を選ぶということになる。入門作法の第一は庭詰である。まず掛搭願書・誓約書・履歴書を用意しなければならない。その内容に大いに意義があるので、その書式を紹介しよう。

掛搭願書

○県○町○派○等地○寺住職○○学徒

氏名

生年月日

右者宗旨参究の為貴道場へ掛搭仕度く志願に付き御許容成し下され度く尤も掛搭の上は道場の制規を遵守し決して違反致す間敷しく候条履歴書並に戸籍抄本相添え連署を以て願上候也

年月日

右本人　氏名　㊞

授業師　氏名　㊞

○寺専門道場知客高位禅師　御中

誓約書

這回掛搭御免許を蒙る以上は貴道場の制規を遵守するは勿論大事了畢まで必ず退場仕らず若し制規に犯触せば何等の御処分これあるとも苦しからず候仍て誓約証如件

年　月　日

〇県〇町〇派〇寺学徒　　氏名　㊞

〇寺専門道場知客高位禅師　御中

さて袈裟文庫とて振分けにした荷物を背にあじろ笠をかぶり、脚絆に白足袋草鞋ばきという扮装で、授業師のもとを離れ、目的の僧堂へやってくる。「頼みましょう」「どーれ」「〇県〇町〇派〇寺学徒何某、当道場に掛搭をお願い致します」と、この時、用意の願書を呈出する。取次ぎの僧が願書を受取って引込むと、ややあって知客寮が出て来て、いろいろと断りの文句を並べて、「どうぞお帰り下さい」と願書がつき返される。これから庭詰の行が始まるのである。断わられてさようですかとすぐ引返すようでは願心が足らぬので、なんでも掛搭させてもらうために坐り込みをする。これはなかなか辛抱を要する行で、斜めに玄関先へ腰掛け、文庫を前にし、その上に両手をそろえ頭を乗せて低頭しているのであるから、時間がたつにつれてなんとも形容のできないつらさが心身を苦しめる。正式に掛搭を許される時期は、解制になってから次の入制までの期間、即ち二月一日より四月三十一日までと、八月一日より十月十四日までの期間であるから、春先のまだ寒い時期には、裾の方から忍びこんでくる肌寒さで、しまいには歯の根がういてしまう。私が庭詰したのは三月四日だったが、折悪しく雪がちらちらして、開け放した玄関から雪が舞込んでひどいものであった。昼食は台所で草鞋ばきのまま、典座さんの出してくれたものを食べる。午後になると知客寮が追

出しにやってくる。「とっとと足元の明るいうちに帰れ」といって引張りだす。無情なようだが、かえってこれがありがたいので、適当な運動になる。暮れになると「この時間に帰ることもできまいから、今晩一晩だけ泊めてあげますから明朝さっさとお帰りなさい」と、その日は投宿の僧という待遇で泊められる。

第二日の朝、出立茶礼が終ると、前日のごとくまた坐り込みが始まる。便所のことを僧堂では東司という。今後は頼みましょうと声をかけても、ぜんぜん取次いでくれない、また終日根気くらべが始まる。庭詰中でも生理的現象はやむを得ないので東司へ立つことは差支えないが、中には要領の良い奴がいて、何回となく東司行きをやらかすと、知客寮の方でもちゃんと見ていて、上げる時間を遅らせる。あまりひどいと怒鳴りあげられて肝を冷やすといった場面もときどき見られる。

やっとの思いで二日間の庭詰を辛抱すると、今度は旦過詰というのにほうり込まれて、一日中袈裟文庫を前にして壁と睨めっこをして坐禅三昧。三昧というと聞えはよいが、退屈この上もない孤独との戦いで、誰がどこから見ているか分らないから姿勢を崩すわけにもいかず、風呂炊きや庭掃除にでも出してもらえると、働くことのありがた味をしみじみ感ずる。かくして旦過が五日から一週間くらい、この二つの関門を通って初めて仮参堂とて入門が許されるのである。いわゆる僧堂の入門試験は、行による忍耐の試験といえよう。

四　僧堂の規矩

僧堂のきまりは、すべて規矩規定というものが基本となっている。まず第一に亀鑑である。

正燈円照禅師曰く、昔し慈明汾陽に在し時、大愚・瑯琊等六七人と伴を結んで参究す。河東苦寒なり。衆人之を憚る。明、独り通宵坐して睡らず。自ら責めて曰く、古人刻苦光明必ず盛大なり。我れ又何人ぞや、生じて時に

益なく、死して人に知られず、理に於て何の益かあらん。即ち錐を引いて自ら其の股を刺す。後汾陽に嗣いで道風大いに振う、西河の獅子と号す。近世白隠鶴老、一朝此の話に撞着し、喟然として嘆じて曰く、此れ真に是也。苟も是の如くにあらずんば真の参学と謂つべからず。是に於て志憤発し、昼参夜参、孜々として休せず。惟れ道、是れ究む。後来其の道、天下の龍象を奔走し、其の徳、王侯大人を聳動す。遂に宗風を扶起して、五百年間出の称あり。嗚呼是の如く用心し、是の如く修習せば、何の道か成ぜざらん、何の徳か満たざらん。二三子努力せよ。吾が這裡吏に一句の汝ら諸人を籠絡するなし。但々此の両件を写して、以て亀鑑となす。若し夫れ会中の指揮あれば、頭首のあるあり。或は誤って違越せば、擯斥して容すことなし。古語に之れあり、法令無親と、之を念え之を念え。

右　　　　　　　　　　　　　　　　　堂主　謹白

以上が亀鑑の全文であるが、白隠禅師が『禅関策進』の中の慈明引錐という章で、支那の石霜禅師が錐で自らの股をさし眠気をさまして修行されたという文を読んで奮発された話を、これぞ修行者の鑑となすべきものであると示され、「亀鑑」と名づけたものである。

次に堂内の規定がある。

一、参禅入室は第一の急務たり。昼間夜間時刻を限らず、但し往来の時は直日・侍者に報知せよ。

一、夜座は、雨安居摂心香数六炷、規矩座は四炷、雪安居八炷、規矩座は六炷、臘八摂心は十二炷。

一炷とは本来線香一本の燃え尽きる時間で、昔はそれを時計代りにしていたが、今は時計で時間を計る。香数が多いということは坐る時間がそれだけ長いわけである。堂内で坐る場合、絶対動いていけない時間を止静といい、約四十分くらい。二便往来を許される時間を経行というが、一止静が即ち一炷となる。

一、警策は睡と不睡とを問わず、眼を具して之を行ぜよ。

警策は警しめの棒で、直日は文殊さんに成り代ってこれを行じる。

一、新到参堂の時は聖僧に三拝し、直日、単頭の前に低頭し、侍者の参堂を報ずるを待って後に安単。

入制の前日、その夏に掛搭した新到全員、堂内で新到参堂の式を行う。

一、堂内に入る則んば合掌出る則んば叉手、誦経、出頭も亦た然り、其の他寺中に往来するときは、必ず叉手当胸を要す。臂を掉り手を懐にし笑を傍人に取ることを得ざれ。

合掌は掌を合わせ、十指をまっすぐ伸ばし、指の間が離れてはならない。身心一如の境地を表わしたもので、堂に入る時はこれから座に向う時であるから、合掌して入る。叉手は左右の掌を交えて重ね（左手外側）胸に当てる。少しく緊張から開放された姿で、なお座の境地を持続している。咳唾掉臂といって臂を振って歩くことは、修行者として最も嫌う姿で、叉手当胸は正念相続している最も望ましい姿である。

一、経行の時、後れて単に在ること勿れ、行くに履を曳いて音を作すこと勿れ。

経行は足ならしに列をなして巡り歩くことをいう。履とは草履のことで、すべて歩くとき履物を引きずって歩いてはならない。

一、単上に蒲団禅板の外、他の長物を散在することなかれ。

一、二時の茶礼単位を空うすること勿れ、残喫を前に投ずること勿れ。

二時とは、午後一時の八ツ茶礼と解定前の茶礼との二回の時をいう。

一、午夜巡鐘を聞かば速に牀褥に着く可し、高声にて誦経大展礼拝し、他の安眠を妨ぐことを得ざれ。

一、随意座、及び把針灸治たりと雖も炉を囲んで雑話することなかれ。

僧堂の休みには、大別して、休息と除策と把針灸治とあり、休息は特別なことがあった後の休みで、夜の茶礼まで外出してもいい、または今夕休息とて終日作務の夜堂内で休む、除策は大接心あけの日、あるいは祖師の忌日等で昏

鐘まで外出許可、これらを随意座とか随座とかいう。把針灸治は大接心前とか大四九の日などに、僧堂内で、着物のつずくろいをしたり、お灸をすえて英気を養う。

一、止静中、参禅入室の外出入することを得ざれ、若し事已むを得ず出入する則んば、直日・侍者に低頭すべし。

一、会中諸寮往来することを得ざれ、事に於て已むことを得ざる則んば、侍者に報じてこれを弁ぜよ。

一、凡そ病僧の侍者寮に在ること一日一夜に限る。若し二夜に及ぶ則んば、延寿堂に転在して帰堂の節は新到参堂の如し。

なお延寿堂の心得別にあり。

一、病僧延寿堂に在って書を閲し筆を弄し、或は把針談話等堅く之を禁ず。

一、飯台座は必ず一番座に就くべし、若し重痾実に能わざる則んば、侍者寮の指揮を請うべし。

一、服薬一日三貼養生専一になすべし。同行旧知と雖ども、見舞を為すことを許さず。事止むを得ざる則んば、侍者寮に報じ以て訪うべし。

以上が常住の規定であるが、さらに後門の日用規定がある。全文を掲げると重複したところもあるので、一部を抽出して見よう。

一、堂内は常に静粛を要す、苟も高談戯笑、横臥困睡、書見弄筆、又は聖僧前を横截し、他単に往来し、或は単箱の上に升り、或は私用にて前門を出入する等、堅く之を禁ず。巡鐘前、解定後は殊更に心得ある可きこと。

一、諸出頭は必ず威儀を整え、苟も左右を顧み草履を曳き、後れて走り、猥りに痰を吐き、又は談笑する事を得ざれ。

一、凡そ誦経は中音を要とす、他の声を聞き合せ誦むべし、必ず節を附くる事を得ざれ。楞厳咒は殊更早からず遅からず、宜く其の中を得べし。行導は人の多少を見計い、己が前を曠くすることなく、人の後えに迫ること

勿れ、或は左右を顧み、敷居を蹈むことを得ざれ。
坐って読経するを坐誦といい、巡り歩きながら読経するを行導という。声を合せて読むことをやかましくいい、古来、経を読むには耳で読めなどといわれている。

一、講席の節、若し困睡の人あらば、隣席互に実情を以て相覚すべし。

老師が宗門の書を講義するを、講席とか提唱とかいわれる。提唱とは、宗旨を学人の面前に提げ唱えるという意味である。

一、笠棚は署名の所に紐を結び置く可き事、又草鞋も丁寧に為し置く可き事。

笠棚、下駄箱、草鞋かけはすべて席順の通り名前が張られてある。なお僧堂では、名前の下の字を一字とり、宗一なら一さんと呼び、自分のことは一ソといい、持物には一子と書く。

一、澣衣把針灸治、衆に違って自ら作し、又四九日の外、随意に剃髪する事を許さず。

洗濯する時期はきめられてある。たとえば、四九日の掃除が終ってから、随意座の日、托鉢から帰庵してからなど。四九日のことは後出。

一、薬水、烟管、堅く、之を禁ず。

お酒を薬水といい、煙草を烟管という。

一、作務及び掃除等の節、堅く高談戯笑を禁ず。随意に休息し、或は往来の時、護襟を禁ず。且つ又赴斉の節は、尤も静なるべし。若し又尊宿方、及び山中衆に行き逢う時は、丁嚀に低頭すべし。

一、衆中若し賊僧ある時は、衆議の上、罪科の軽重に依て、或は擯斥し、或は活埋す。仮令い一紙一草鞋たりとも、間違い之有時は決して相い容さず。

そのほか浴室の注意もあるが、僧堂には三黙堂というのがあり、禅堂、食堂、浴室の三つで、ここでは一切私語を

してはいけない。即ち、坐禅する時、食事の時、入浴の時は、しゃべってはいけないということである。もちろんその他の時でも、大声を出したり、大笑いをしたりしてはいけない。また一人だけ勝手なことをするのもいけないのである。もし法を犯す者がある時は罰せられる。罰の最も軽いのが懺悔の拝で、禅堂で聖僧前に三拝して懺悔させ、大衆にこの旨が報ぜられる。次に庭詰、これはその軽重によって日数がきめられる。その次が内請仮（しんか）、これは僧堂を追出されるのである。最も極刑は請仮（しんか）といって、罪あって追出されたことを全国の僧堂に通知する。

常住にもまた「日用亀鑑」というものが定められているので、原文のまま記して見よう。

一、参禅入室は吾門の急務たり、朝参暮請（ちょうさんぼしょう）、痛く鞭策を加え、怠慢する事なかれ。

一、知客は賓客を応接し、雲衲を管待し、進退規に適い、語黙矩に応じ、事理相副（かない）、以て衆心を安んじ、弁道に導くを紀綱と謂（いい）つ可し。

一、副司（ふうす）は常住の金穀米麦を掌り、毫末と雖も衆僧分有り、宜（よろ）しく売姜寮の称にあつべし、又在家を管接する必ず其の道理を得よ、信ずるなしと雖も謗を受くること勿れ、又恒産用に足らば必ず多く往て求めざれ、事（じ）ありて鄽（てん）に入るときは帰院必ず昏鐘前に限る。

一、典座（てんぞ）は大衆の斎粥を掌る、一切の供養務めて清潔に在り、常に常住に護惜せよ、菓殄（はてん）を得ざれ、又二時の粥飯衆に異らざれ、又火の用心専一のこと。

一、知殿は仏祖に侍すること、在（いま）すが如くせよ。香花を厳潔にし、堂宇を清浄にし、湯茶の供養怠慢すること勿れ。又尋常（よのつね）磬鈴鐘皷等を鳴すに、音声必ず中を得て、人をして耳根に清冷ならしむべし。

一、園頭（えんじゅ）は菜蔬豆茄栽種時に及び、堂厨に供給して欠乏することなかれ。作する則（とき）んば、鍬鋤糞器等損ぜざらん事を欲せよ。休する則（とき）んば、諸具を洒掃し、其の処を安置せん事を要す。

一、諸寮とも聖制は勿論、制間たりと雖も頭を聚（あつ）めて世諦を談し、脱衣困睡等、堅く之を禁ず。事有る則んば、

如法に之を弁ぜよ、了る則んば寮に帰って安坐せよ、勤めて自己を精窮せんことを要す。若し一人無頼の徒ある則んば、啻自利する事能わざる耳にあらず、佗の精勤を妨ぐ。若し又病を抱いて不出の者は知客寮に報し、而して後辱に就くべし、随意に公務を妨る事なかれ、また薬水煙管堅く之を禁ず。

一、常住用の諸具は、眼目を護するが如くせよ。謾に放擲し、乱雑すること勿れ。油炭塩醬を費する事、自の血滴を絞るが如くせよ。信施の一粒重きこと須弥山の如し、若し心を用いずして悠々として歳月を過さば、従令道を得る者と雖ども、其の報い知るべし、況んや又無頼にして仏飯を費す者は地獄に入る事箭の如し、恐るべし慎むべし。

一、諸寮とも和合第一なり。功を争い、是非を論じ、相忿怒する事勿れ。各自に謙下の心を抱き、相遜り、相譲って、以て事を成せば、江湖の兄弟と謂つべし。

一、枯淡を甘んじ、節倹を嗜むは吾家の遺範なり。淡泊は志を明にし、寧清は遠きを致す所以、古徳大業を成し、大徳を成ずるは、皆此に於て出づ、渓間に流菜を拾う之意を憶うべし。

右の件々、一々自己の胸襟より流出する如くせよ、善く親しく委悉せよ、若し法を犯し、規に背くものあらば擯斥して許すことなし。

五　僧堂の一日

僧堂の一日は巡鐘から始まる。殿司の当番は起床三十分前に起きて門をあけ、定刻になると、韋駄天の鈴を振り、常住を起し、さらに侍者寮に点燈して起す。侍者寮の当番は洗面の水を調え、禅堂の後門を特別大きな音を立てて開ける。直日はこれを聞いて引磬を一通鳴らし、これによって堂内がいっせいに起きる。蒲団は一枚を柏餅のように二

つに折ってその中に入って寝るが、これを丸めて蒲団棚へポイとほうり上げる。背の低い、なれない新到はなかなかできないで、まごまごする。なかなかにこつのいる仕事である。衣は就寝の時、窓側の単箱の上に置いて寝る。着物は寝まきなど着ないで常着のまま、枕は坐る蒲団を二つに折ってするというまことに簡単なもの、蒲団を上げ終ると単蒲団をのばし、衣をかかえて後門に出て、衣掛けにかけて洗面する。禅僧は水を大切にすることをやかましくいうので、洗面所の大きな桶の水を小さな竹杓子ですくい、片手で受けて顔を洗って一杯、口を漱いで一杯、杓の柄を洗って一杯といった具合で終り、便所へ行って、衣をつけて、袈裟をかけて朝課の準備完了、自分の単位で出頭を待つ、この間、早い者は二、三分くらい、ボヤボヤしていると「早くせんかい」と侍者寮からかみなりが落ちる。直日は衆の集り終るのを見て聖僧前に三拝、前門を開ける、これを合図に、殿司は殿鐘の出頭を鳴らす。直日引磬一通大衆座より下り、雁行で本堂出頭といった順序で、鳴らし物のリズムに乗って黙々しずしずと、しかも敏捷に展開して行くのである。

朝課は三時の勤行の一つ、看経も行の一つである。木魚の音に合せて単純なリズムの中に、複雑な各自の声の合唱は自心を浄化し、また聞く者の心をも浄化する。木魚の早さは非常に早い。ゆっくり読むと眠気をもよおす。早い読経は三昧を助けるといわれる。ただ朝課中に参禅のある時は、参禅が終るまでゆっくり打つこともある。勤行は朝課のほかに昼に仏餉あり、午後三時には晩課がある。この二つは、普通殿司の当番のみが読む。朝課が終ると禅堂では聖僧諷経、常住では韋駄天諷経をする。聖僧さんは文殊大士のことであり、文殊般若の智恵を磨くことが禅門の理想であり、その故に特に文殊大士が祭られ、規定にも聖僧前を妄りに横切ってはいけないと教えられる。常住の韋駄天さんは食料を調達してくれる仏様で、これを食輪を転ずるという。法輪の転ずるところ必ず食輪も転ずるといい、修行に励めば、食べることは心配しなくても韋駄天さまが調達して下さるというわけである。実はこの韋駄天さまは外護して下さる施主家の方々となるわけであろうが、この外護者に対し感謝の念は忘れてはならないので、その意味で、

畑でとれた初物は、まず第一にこの韋駄天さまにお供えされる。文殊大士は堂内の、また韋駄天さまは常住の守り本尊ともいえるので、本堂での諷経の後で必ずその諷経をすることになっている。

朝課に引続き梅湯茶礼をする。梅を湯で煮出したもので、一つには口中の臭気を消し、かつまた毒気を消すといわれている。これは僧堂でなくても、丁重な寺ならお客様に必ず朝食前に梅湯を差上げる習慣になっている。その真似かどうか、このごろ旅館でも梅湯を呑ませるが、僧堂の梅湯は長時間土瓶でぐつぐつ煮出したもので、梅干の蕊からの味が出て、何ともいえぬ風味がある。

ついでに茶礼の話をして見よう。僧堂では何かというとすぐ茶礼という言葉を使う。一日の行事としての茶礼は、朝と昼の食事の後禅堂で出すお茶と、午後一時と夜の二時の茶礼と、四回である。ほんらいお茶は、栄西禅師が中国で病気の時飲まれ、重宝なものとして、その種を持ち帰って宇治に植えたものが初めだということであるが、以来、茶の苦味が心臓を強くし、また眠気をさますというので、その特長が利用されて盛んに飲まれ、茶礼となった。この四回の定時の茶礼のほか、仕事の際不時に休んでお茶を飲むことも茶礼という。これは休憩に近い意味で、一服しましょうというのと同じ意味で使われる。さらに、正式の食事以外に特別に皆で会食することも茶礼という。大会などで解定茶礼というのがこの類で、この時にはお茶代りに薬水を用い、お菜のことを茶菓という。茶礼といっても、二時の茶礼のように点呼をも意味するような正式なものから、くだけた意味を持つものまで、広い内容がある。

次に朝食となるが、朝食を粥座といい、昼食を斎座と、夕食を薬石という。朝は粥を食べるので粥座、昼は正式のお斎で斎座、夕は、本来戒律では十二時以後は食事をとらぬため、薬の意味で薬石といわれる。僧堂では、食事は食堂で飯台を並べて行うので飯台座といい、給仕を飯台看という。

食事作法も実際にして見なければなかなか説明できないが、まず食堂規定を紹介しよう。

一、食堂支度供給は単頭単の上、直日単の下より弐員宛出頭、尤も少衆ならば減すべき事、往来は必ず雁行たる

べし。供給は急緩宜く其の中を得べし。器物は総て両手にて持つべし。飯を盛り汁をつぐにも、必ず両手にて取扱うべし。指を椀の縁に掛けざる様心得べき事。漬物は初めと三返目とに巡わして、其の余は無用の事。湯器は順槌前に進むべからず。若し又山中幷に尊宿方の着座あるときは、宜く敬い給すべし。四九日には飯台諸器物迄叮嚀に掃除致すべし。着座の衆は展鉢に必ず音を作すことを得ざれ。出し取るには必ず両手を以てすべし。生飯は七粒に過ぎず、右の手の大指と中指とに撮て左掌の上に三巡して供すべし、別に取り供すること莫れ。五観了って槌を聞かば、揖して先ず両手にて鉢を取り、左掌に安じて喫すべし。粥を啜り汁を吸うに音をなすこと勿れ。其余は之に準ず。漬物にても、器を取て喫すべし。添菜は汁椀の次に置くべし。順槌前は鉢を安じて見合せ、槌を聞かば合掌して喫すべし。既に喫し了らば、合掌に及ばず。順槌前飯を羹上に和して喫すべからず。漬物辛味たりとも、包み持ち帰るべからず。又別菜を喫する事を許さず。畢て引磬を聞かば、速に出づべし。宜く如法なるべし、但し誦経は心経を除く。急ぎ疎放にして、猥りにすべからず。

一、随意飯台と雖も、高談戯笑し、又は麤暴にして飯粒を散乱し、汁漿を滴堕し、或は粥を絞り、汁を絞る等堅く之を禁ず。

以上が食事規定である。薬石は正飯ではないから、食前、食後の偈は読まないが、粥斎は食前に『般若心経』、十仏名、粥前の偈（斎前の偈）、施食の偈、五観文、食事誓願の偈を読み、食後には折水の偈、粥後の偈（斎後の偈）を読む。飯台座の差配はすべて看頭といって、飯台座の二番目に坐っている者がやることになっている。食事中、私語はもちろん、音をさせぬよう気をつけなければならないが、うどん供養に限って、いくら音を出しても差支えない。たくさんの雲水がうどんをすする音は壮観そのもので、正月三日間の餅供養とともに無制限に食べられる。

禅門では枯淡を尊び、日常は粗食である。最近ではそれほどでもないが、私たちの修行中は、米三麦七の麦飯と、万年漬といって、大根菜をいつまでも保つようにからく漬けた漬物と、自家製のこれも塩からい味噌汁、汁の中味は

自家製の野菜といった具合で、とても今日では想像もできない食物であった。従って、御馳走のある時はうんと食いだめをする。これが一般の人に雲水さんは良く食べるという世評の原因である。しかし、食いだめはなかなかできないもので、若い食い盛りの時はいつもお腹をへらしており、食べることが楽しみの一つということで、無邪気な欲望となる。堂内では托鉢の時に頂いた米をためておき、これがたまると作務の時を利用して、どやしといって内証の御馳走をする。天龍では裏山にどやし場という釜場が造ってあって、露天でパクつく味はまた格別である。内証といっても公然の秘密で、侍者寮も見て見ぬ振り、どやしの御馳走を侍者寮の役位さんに献上するといった一幕もある。食わば同罪といったところであろう。

日中は大接心以外は作務か托鉢で、そのほかは堂内では講本の下見をしている。午後三時を放参といい、晩課が終り、続いて薬石が済むと、昏鐘までの時間が一日中の自由時間となる。この間に門前に用を弁ずることが許される。侍者寮に一々報告して出かけるが、これを門前弁事という。昏鐘から以後解定（かいちん）までは、休息除策を除いて堂内常住とも堂内で打坐する。禅堂前門の外左側に板が下っていて、「生死事大、光陰可惜、時不待人、慎勿放逸」の四句が書かれてある。朝夕消燈・点燈の時、七・五・三と三通打つ。これが開板といって消点燈の合図である。放参にもまた鳴らすので、時を報ずる板であり、時の大切なことがこの句に示されてある。昏鐘から開板までの時間はその時期によって違うが、この間は一切止静経行（しじょうきんひん）の合図をしない。昏鐘の一炷（しゅ）というたいへん大切な時間で、一日中で一番よく坐れる時間としてやかましくいわれる。

僧堂では十日間を、二・七・五・十は講座、一・六・三・八は托鉢（たくはつ）、四・九日は剃髪掃除と大別されるのが原則である。講座は制中のみだが、制間には内講がある。托鉢には托鉢規定があり、それに従って行われなければならない。

第一条　本派僧侶にして托鉢修行をなさんとする者は、本例により願書を作り、規定の義財を添え、托鉢免許証授与の請願を為す可し。

第二条　托鉢免許証票は、何時にても警察官の検閲に供す可し。
第三条　托鉢免許証票を紛失したる時は、再授の請願を為す可し。
第四条　托鉢免許証は、本人の外之を使用することを得ず。
第五条　托鉢修行時間は、午前七時より同十一時迄とす。遠路往返の為時間を遷延するは、この限りに非ず。
第六条　托鉢修行者は、一列三人以上十人以下たる可し。且つ公衆往来の便を妨ぐ可からず。
第七条　托鉢修行者は、威儀、行相総べて宗門の風規に準じ、苟くも僧儀を乱す可からず。尤も高談甚だ宜しからず。
第八条　托鉢者は、施者の招喚に非らざれば濫りに人家に接近し、歩を止むることを得ず。
第九条　托鉢者は、施者の与える施物の外、他物を強請することを得ず。
第十条　此の規則に違う者は、托鉢免許証を褫奪し、本派懲戒令を以って処分す。

右

托鉢には点心といって、お昼を施主家で頂戴するが、これが若い食べ盛りには楽しみの一つである。分衛（ぶんねい）とは組を分けて三人か四人を一組として托鉢に出ることであるが、一番上位を引手という。引手は責任があり、ある程度の責任額の所得を作らなければならない。戦前は一組六十銭位であった。だいたい布施してくれる人はきまっており、ことに昔なら五銭、十銭いただく家はちゃんと分っているが、妙に引手によって上手下手があるものである。私は上手な方だったが、下手な人に秘訣を教えてくれと聞かれたことがあった。私は答えて曰（いわ）く、路地へ入るごとに一銭いただくつもりで、六十ぺん路地へ入ればよろしいと。托鉢は布施をいただくことそのことが施主家に法施（ほうせ）を施すことになる。布施をした人が徳を積むからである。所得は僧堂の財源の一つでもあり、それによって修行させていただくわけであるが、忍耐の修行ともなり、声を鍛えることにもなる。四と九の日は頭を剃る日である。五日に一度剃ること

になる。剃髪の後、四九掃除といって内外の清掃をする。各寮舎は毎日掃除をしているが、禅堂や本堂、便所や山内掃除をする。十四日と月末は、大四九といい、朝課は懈怠し寝忘れをする、そして入念に大四九掃除をする。かくして一ヵ月三旬となるのである。一掃除二看経三坐禅と、この三つが禅僧として最も大事な行である。

六　接　心

今までのべてきた行事は、すべて坐禅のためにあるといっても過言ではない。接心という言葉は広義には二六時中、正月元旦より十二月三十一日まで、正念相続で接心でなければならない。その中でも、一日中坐禅に打込む期間として、大接心が制中に設けられる。常にはなかなか一日中つめて坐るということは、体力的にもまた仕事の上からもできないので、この大接心の期間中は、万事を放下して坐禅三昧に打込むのである。夏制は五月一日入制となるが、一日から七日までの一週間を入制大接心とする。この入制前夜には総茶礼があって、老師が前記の亀鑑を拝読し、いろいろと垂誡をして大衆の励ましをする。その後、常住では常住規定を知客寮が読み上げ、解定前には堂内で直日が堂内の規定を、聖侍が日用規定を読上げ、それぞれ結制になったとのことと、大接心の告報を大衆に告げる。これらは誠に厳粛なもので、これらの行事により心身の引緊まる想いがする。大接心になると皆気合が入って、雲水の顔付きまで平生とは変るものである。

朝の起床は夏と冬とで違うが、常より一時間早く、夏ならば三時半から夜は十時まで坐りづめ、坐より立つのは出頭の時と食事に立つ時、参禅の時、便所へいく時だけ。相当馴れた者でも大変だが、ことに新到にとってはとても耐えがたいものである。相当な覚悟をもって始めても、途中で逃出したい気持になる。それにも増して苦しむのは、参禅である。初めて公案を老師から貰っても、何が何やらさっぱり分らず、参禅になると直日が引張り出す、老師のと

ころでは打たれる。その上、疲れてくると居眠りをする、居眠りをすると警策で打たれる。にっちもさっちも行かぬとは、まったくこのことである。解定となっても、そのまま寝るわけにはいかない。夜坐といって堂外で各自坐る。かくして新到は鍛えられるのである。

大接心は夏は半夏（入制と半制）夏末と三回、その間に練り返しと、地取りと、それぞれ一週間ずつ接心がある。冬制は長期となり、大接心は四回、この中でも、十二月八日の釈尊成道に因んで設けられる臘八大接心は、衲僧の命とりといわれ、一年中で一番厳しい接心である。臘八は文字通り不眠不休で、特別の時間割を組んで、剃髪もせず、托鉢にも出ず、この間は時も無視して坐るというので、時を報ずる板も一切打たず、専心打坐に打込む。決死の覚悟で、遺言を書いて臘八大接心にのぞむ雲水もあるなど、その意気込みのほどがうかがわれる。臘八大接心は、八日目の午前三時に暁天の板を打ち、暁天の坐を設けて釈尊成道を紀念する。大接心こそ僧堂生活の集約といえるが、その中でも最たるものは臘八大接心である。

最初掛搭の時、大事了畢までは必ず退場仕らずと誓約をしたが、大事了畢とは修行成就のことである。雲水全部が修行成就まで僧堂にあるということは理想であるが、理想と現実とは相応しない。大学を出れば、一年で普通の住職資格は得られるので、この頃一年で退場していくのが大半である。せめて三年辛抱すると、だいぶ人間ができ上るのであるが、自己のためにも損失というほかはない。昔は三年一期といって最低の線と考えられ、また坐に三年、規矩に三年と、六年にして一人前の雲水としたものである。時代の変遷とともに、禅堂としてのあり方は多少の変化はあるかも知れないが、坐を通じ行を通じて錬り鍛えていくという根本は変りはない、また変ってはならないのである。

曹洞宗における禅堂の生活

笹岡自照

一　はしがき

与えられた主題は、道元禅師（一二〇〇—五三）を宗祖とする曹洞宗の「禅堂の生活」というのである。「禅堂の生活」という一つのテーマを、ことさら曹洞宗と臨済宗とに分けて取扱うわけは、ひと口に禅堂の生活といっても、洞門と済門とでは、そのいき方に、かなり著しい相異があるからである。もっとも、相異があればこそ、同じく禅という枠内に在りながらも、それぞれ別箇に一宗を唱えているわけでもある。

思うに、その相異なるものは、その宗祖が伝承した禅の系統、さらにはその宗祖の家風に根ざすものというべきである。従って、それぞれの禅堂生活の諸相を、深く掘り下げて紹介しようというのであれば、この問題の追究をも、度外視するわけにはいかないのであるが、しかしそれは、筆者に与えられたテーマの領域外の問題であるから、今は一切ふれないことにする。

曹洞宗の禅堂生活の話を進めていくうちに、ときとしては、臨済宗のそれと対比して述べれば、より効果的な場合

もあろうかとも思うが、正直なところ、筆者は、自分の宗門の大本山の永平寺では、かれこれ三十年間という半生にもちかい長い歳月を過ごし続けた身ではあるが、済門の禅堂生活の実際については、なんら知るところがないので、これまた一切触れないことにする。いや、触れようにも触れてみようがないわけである。

さて、「禅堂の生活」という主題の範囲についてであるが、これには広狭の二義があるように思われる。

まず、「禅堂の生活」を広義に解するならば、この場合の「禅堂」は、ただ単に坐禅堂という建物だけを指すのではなく、修行道場としての、禅苑そのものということになる。従って「禅堂の生活」といえば、禅寺での修行生活という意味になる。ただしこの場合、曹洞宗では、禅堂の別名である僧堂の二字を使って、僧堂生活というのが普通である。

つぎに、狭い意味での「禅堂の生活」は、その文字どおり、坐禅専用の建物としての、禅堂内における修行生活ということになる。

ところで、この講座においては、「禅修行の諸相」と題して、坐禅、参禅、ないしは作務（さむ）、托鉢（たくはつ）というような、いわゆる広い意味での禅堂生活の修行内容については、別箇に取扱うことになっているので、筆者が与えられた主題の「禅堂の生活」は、狭義のそれ、つまり坐禅堂を中心としての修行生活、それも曹洞宗の場合、という風に範囲が絞られるわけである。

これで一応、叙述範囲の縄張りはすんだわけであるが、さらに念のため申しそえておきたいこと、それは、曹洞宗といえばなんといっても、「日本曹洞第一道場」（後円融天皇下賜の勅額）として、自他ともにゆるしている永平寺を標準にすべきものと思うので、具体的に永平寺での禅堂生活をモデルとして述べていくつもりである、ということ是れである。

二　坐禅堂の別名

いささか余事にわたるきらいはあるが、参考までに、坐禅堂の別名について、簡単に述べておくことにする。
禅堂すなわち坐禅堂には、前記の僧堂のほかに、坐堂・雲堂・枯木堂・選仏場など種々さまざまな別名がある。
「僧堂」の二字は、聖僧堂の略称である。曹洞宗では坐禅堂の中央に文殊菩薩を安置し、これを聖僧と呼んでいる。衆僧すなわち修行僧たちは、この聖僧を中心として、その周囲に設けてある席に着いて坐禅をすることになっているところから、いわば堂内の主人公ともいうべき聖僧の名をかりて、坐禅堂を聖僧堂と呼ぶこととなり、それが僧堂と略称されるに至ったものである。
「坐堂」は、禅堂と同様に坐禅堂を略したものであり、「雲堂」は、雲水僧が集って修行をする堂という意味である。(雲水の二字については後段で述べる)。現に永平寺の坐禅堂の正面には、雲堂の二字を板に彫った大きな額が掲げてある。
「枯木堂」の枯木の二字は、「枯木龍吟」という禅の句から来たもので、坐禅堂は、あたかも枯木のごとく徹底無心になって、坐禅の修行をするための堂、という意味をこめた別名である。
最後の「選仏場」というのは、禅堂は坐禅の修行によって仏を選出(打出)するための道場である、というところから来た名称である。
坐禅堂についての、これら幾つかの名称のうち、曹洞宗で最も多く使用しているのは、禅堂と僧堂の二つである。前にも一言しておいたように、建物としての坐禅堂に対しては、禅堂と僧堂の両方を同様に使用しているが、抽象的に修行道場という場合には、特に僧堂という名が使われている。たとえば、「大学卒業後すぐに僧堂へ行く」、という

ような場合の僧堂がそれである。このようなときには、「禅堂へ行く」とはいわないのが普通である。

三　禅堂生活の規範書

およそいかなる種類の団体生活にもせよ、いやしくもそれが団体生活であるからには、その構成分子としての各自が勝手気ままな動きをしたのでは、団体生活は成り立っていくものではない。

そこで、烏合の衆ともいうべきただ単なる群集ではなく、それを真の意味における団体たらしめんがためには、その団体を構成する一人びとりが守っていくべき一定の規則、ないしは規範というものが、どうしても必要になってくる。禅の修行道場における団体生活においても、またしかりである。

仏教では、仏道を目ざしての出家僧の修行団体のことを、「僧伽」と呼んでいる。これは和合を意味する梵語「サンギヤ」の音訳語であるが、その語意からでもわかるように、いわゆる僧団なるものは、和合を生命とすべきものであり、その実をあげるがためには、衆僧各自が僧団の規範を守りあうことが、不可欠な条件ということになる。もちろんその規範は、不文律の場合もある。

話はずっと古い時代にさかのぼるが、シナにおいて、初めて禅の修行道場としての禅寺なるものを独立させ、そこに集まる修行僧たちを律するための規範を定めた最初の禅僧は、今を去ることおよそ千百年ほど前に世に出た、唐の時代の有名な百丈懐海禅師で、その規範書は『百丈清規』と呼ばれている。それ以来、シナの禅宗においては、各種の「清規」が作られているが、その最も原初的なものといえば、この『百丈清規』ということになる。しかし『百丈清規』そのものは、いつの時代かに散逸して、今はそれを見ることはできないが、この『清規』の内容と精神とを祖述したものとしての『禅苑清規』というのが現存する。これは、百丈禅師から三百年ほど後に出た長盧宗賾禅師の作

で、現存の「清規」としては最古のものである。

以上はシナにおける「清規」についての一端であるが、日本の禅宗にも各種の「清規」がある。特に曹洞宗についていうならば、その最も根本的なものは、宗祖道元禅師の作制された『永平清規』（通称・大清規）と呼ばれるものである。この『清規』は、「典座教訓」・「弁道法」・「赴粥飯法」・「衆寮箴規」・「対大己五夏闍梨法」（略称・対大己法）・「知事清規」の六部から成り立っている。（大久保道舟博士訳註の岩波文庫本『道元禅師清規』がある）。

今はこれら一々の「清規」についての解説は、余裕がないので割愛するが、右六部のうち、坐禅堂での生活に直接関係のあるのは、「弁道法」と「赴粥飯法」の二部である。しかしその他のものも、多かれ少なかれ、禅堂の生活と関係をもつものであることは言うまでもない。

ごく大まかにいえば、「弁道法」は、禅堂においての坐禅の仕方をはじめとして、その他、堂内におけるあらゆる進退動作、威儀作法を、ことこまかに示されたもの。「赴粥飯法」は、禅堂内で行われる食事作法とその心構えとを、これまたこまごまと示された、いわば堂内における食事作法書ともいうべきものである。

ともすると、坐禅堂といえばその名のごとく、ただ坐禅の修行だけに使用される堂でもあるかのように思われがちであるが、曹洞宗における坐禅堂の用途は、ただ単に坐禅だけではなく、修行僧たちはこの堂内で食事をするほか、夜はここで就寝するのである。

「鐘鳴れば法堂、梆響けば斎堂」という禅語がある。斎堂というのは食堂のことであるが、曹洞宗の修行道場においては、食事は前記のごとく、原則として禅堂内ですることになっているので、別に斎堂なるものは設けていない。

いうまでもなく、坐禅修行の根本道場としての禅堂内の食事であり、就寝なのだから、いずれあとで述べるでもあろうように、食事をすることも、打眠することも、すべてこれ修行そのものである、という建て前である。従って、食事には食事の作法があり、就寝にはまた就寝についての作法がある。「赴粥飯法」は、その食事作法の書であるこ

とは前記のとおりであるが、禅堂での就寝の作法は、「弁道法」のなかに詳細に示されている。

曹洞宗の禅堂においては、その作法を如法に実践することを極度にまでとおとぶ。たとえば食事作法についていえば、堂内に百人の修行僧がいるとすれば、その百人全部が寸分たがわぬ作法によって食事がされることになり、ここでは、それこそ箸の上げ下しの末に至るまで、勝手気ままな振舞は断じてゆるされないのである。

食事に限らず、すべての作法なるものは、いわば一種の形式ともいえる。そのような作法と、禅の真髄との嚙み合わせというようなことも、重要な問題となってくるわけであるが、今ここでは触れないでおく。

以上は、禅堂生活の規範の書ともいうべき「清規」についての概要であるが、曹洞宗における禅堂生活の規範は、「清規」だけにとどまるものではなく、宗祖道元禅師の主著としての『正法眼蔵』(九十五巻)においても、随所にこれを見いだすことができる。特に「重雲堂式」と題する巻のごときは、「清規」としての「弁道法」とはまた別な観点からの、禅堂生活の規範の書ともいうべきものである。ただし今ここでは、その書名をあげておくだけにとどめる。

四　禅堂生活における修行の意義

いうまでもなく、坐禅堂は坐禅を行ずるがための修行道場であることは、その名ズバリである。では、坐禅だけをもって、禅堂での修行生活のすべてとするのかというに、決してそうではない。すくなくとも道元禅師の流れを汲む曹洞宗の禅堂においては、坐禅だけが修行生活のすべてであるとはしないのである。

そこで、禅堂生活における修行とは一体なにかということが、重要かつ根本的な問題となってくるわけであるが、それについて道元禅師は、前記の「弁道法」の冒頭に、

仏仏祖祖、道に在て弁ず、道に非ずしては弁ぜず。法あれば生ず、法なければ生ぜず。ゆえに大衆もし坐すれば、

衆に随って坐し、大衆もし臥すれば、衆に随って臥す。動静、大衆に一如し、死生、叢林を離れず。群を抜けて益なし、衆に違するは未だ儀ならず。此れは是れ仏祖の皮肉骨髄なり。(原漢文)

という風に示されている。これは曹洞宗における禅堂生活の意義、さらにはその骨髄を示された要文で、禅堂の修行生活は、これを基盤として展開さるべきものである。

「道に在って弁ず」るというのが、すなわち「弁道法」の弁道の二字であるが、弁は成弁という意味であるから、弁道とは仏道を成弁すること、わかりやすくいえば、仏道修行というも同じである。修行は、いうまでもなく修し行ずることである。

では、なにを修し行ずるのかといえば、仏仏祖祖が示された、そして仏仏祖祖がみずから修し行じられた道、すなわち仏祖の大道を、そのまま如法に修し行ぜんとする精進努力、それが仏道修行であり、弁道である。さらに一歩を進めていうならば、ここにいわゆる道とは、仏祖の示された万般の威儀作法のことで、右の文中に、「法あれば生ず、法なければ生ぜず」とある、この法は、今ここでは、道としての威儀作法を指すものと見るべきである。

作法という言葉は、今では「行儀作法」というようなぐあいに、世間一般の日常語になっているが、もともとこれは、禅門の用語なのである。

それはとにかくとして、禅門、ことに道元禅でいうところの作法の二字には、じつに深い意味があり、坐禅さえも、この作法の一環であるともいえるのである。それほどまでに深く広い意味をもつ作法なのだから、この作法が如法に行じられるところにこそ、仏道は生き、もしこの作法が没却されるならば、仏道はその生命を失うことにもなるのである。このような意味を道元禅師は、「法あれば生ず、法なければ生ぜず」という一句にこめて、禅堂生活の規範書としての、「弁道法」の冒頭に示されているのである。

では、禅堂生活において、仏道そのものとしての作法を行ずるというのは、具体的にいって、一体どのようなこと

をするのかといえば、

大衆もし坐すれば、衆に随って坐し、大衆もし臥すれば、衆に随って臥す。動静、大衆に一如し、死生、叢林を離れず。

というのが、それについての道元禅師の説示である。

「大衆の声」とか、「大衆文芸」というようなぐあいに、大衆ということばは、今では世間的な日用語になっているが、これも本来は禅門の用語で、禅堂生活をともにしている修行僧の総称である。たとえば、修行僧全員の食事を「大衆飯台」といい、修行僧全員の入浴を「大衆入浴」というがごときがそれである。

余談はさておき、その「大衆」といわれるものを構成している、一人びとりの修行僧についていうならば、坐禅をすべきときには、自分も大衆に伍して坐禅をする、就寝すべき時間には、大衆と行動をともにして臥床する。もちろんそれは坐臥だけに限ったことではなく、坐作進退、動静のすべてを大衆とともにする、すなわち「動静、大衆に一如」することこそが、弁道としての禅堂生活の眼目であり、生命であるというのである。

たとえば就寝についていえば、曹洞宗の禅堂においては、夜坐といわれる一時間ないし二時間の坐禅をつとめて、九時に鳴らされる就寝の合図の鐘を聞いて、一斉に臥床するのがきまりである。しかし他門の禅堂においては、就寝時間後に、こころざしある者はそっと床を抜け出して、寺の裏山とか墓場とか、その他それぞれ思い思いの場所、それは普通には坐禅などする場所ではないような所で、単独で坐禅にはげむというような建て前になっているとも聞いているが、曹洞宗の禅堂においては、そのような単独行動は、たとえそれが坐禅という大切な修行であっても、許さぬことになっている。それは「動静、大衆に一如せよ」という祖訓に違背することになるからである。「群を抜けて益なし、衆に違するは未だ儀ならず」の一句は、そのような単独行動をきびしく誡めたものである。

要するに、禅堂生活の規範を各自が如法に守り、いわゆる「動静、大衆に一如」していくことこそが、禅堂におけ

る修行生活の意義であり、眼目であり、それこそが仏祖の生命をわが生命として生きていく道である、ということになるわけである。「此れは是れ仏祖の皮肉骨髄なり」という結びの一句は、まさしくその意味である。
「死生、叢林を離れず」の「叢林」は、大きな樹木が叢り茂っている、いわゆる林のことであるが、これは衆僧が和合して仏道修行に精進している修行道場をたとえたもので、梵語の「ビンダヤ・バーナ」の訳語である。あるいは檀林とも翻訳されているが、これは栴檀林を略したもので、芳香馥郁たる梅檀と名づける香木の繁茂する林のことで、シナの永嘉大師の『証道歌』には、「梅檀林に雑樹なし、鬱密深沈として獅子のみ住す」、という句があることによってもわかるように、叢林あるいは檀林というのは、修行道場の換えことばである。曹洞宗では、広い意味での禅堂生活のことを僧堂生活と言いならわしていることは、前述の通りであるが、あるいはまたそれを叢林生活とも呼んでいる。

いささかわき道へそれてしまったが、道元禅師流の、禅堂における修行生活の意義は、だいたい以上のべてきたような内容のものであるから、禅堂での修行なるものは、ただ単に坐禅をするだけが能ではなく、禅堂の内外におけるすべての動静、たとえば朝起きて洗面することも、食事をすることも、掃除をすることも、その他、することなすことの一々が弁道ならざるはなし、ということになるわけである。

曹洞宗では、その宗風の特色を言いあらわす場合に、「威儀即仏法、作法是宗旨」という句を、よく口にも筆にもするが、これは以上のべてきた道元禅師流の禅堂生活の眼目を、最も端的に表現したものである。

如法に行ぜられる威儀作法、それがそっくりそのまま仏法そのものであり、宗旨すなわち一宗の本旨であり、生命であるという建て前は、ただ単に禅堂内だけに限るべきはずのものでないことは言うまでもないが、とりわけ禅堂内での修行生活においては、この精神が強調されるのである。というわけは、禅堂こそ、あらゆる修行生活の根基の道場ともいうべきものだからである。

以上、道元禅師の説き示された「弁道法」の冒頭の要文の大意を汲みながら、禅堂における修行生活の意義について述べてきたのであるが、これを一言にしていうならば、大衆に一如する如法なる威儀作法としての動静(どうじょう)こそ、「此れは是れ仏祖の皮肉骨髄なり」ということになるわけである。

五　僧堂の構造

僧堂は禅堂の別名であることは、すでに一言しておいた通りであるが、以下、叙述の都合上、僧堂の名で述べていくことにする。

いよいよ僧堂における実地の修行生活の素描をこころみるべき段階に近づいてきたわけであるが、まずその準備として、僧堂の構造について簡単に述べておくことにする。

ひと口に僧堂といっても、その規模に大小のあることはもちろん、なかには、ただ坐禅の修行だけができるといった程度の、略式の僧堂もないわけではない。しかし、それはそれとして、今ここでは、曹洞宗としては最も本格的な規模と様式とを具備している永平寺の僧堂をモデルとして、その構造についての一応の説明をこころみることにする。

曹洞宗においては原則として、その僧堂の在籍者以外の者は、たとえ同宗門の寺院住職といえども、僧堂への出入は許さぬことになっている。これは僧堂の掟の一つである。たとえば筆者は、曹洞宗所属の一寺の住職であり、そのうえ約三十年間も、永平寺の僧堂に籍を置いた身ではあるが、今はすでに職を辞してその僧堂には籍がないので、たとえ永平寺へ行ったとしても、僧堂内へは足を踏み入れることができないわけである。いわんや一般世人においてをやである。

僧堂にはこのような掟があって、一般には解放されていないので、見学することができない上に、その内部は構造

としては別段に複雑なものではないが、それはきわめて特殊な造りであるために、図版ぬきで、ただ文章だけで説明する程度では、おそらくは要領をえないものになるのではないかということを、あらかじめおことわりしておく。

寺院建築の場合、七堂伽藍（がらん）ということばをよく口にするが、禅寺の場合の、いわゆる七堂伽藍なるものは、山門（または三門）・仏殿（本尊仏安置の本殿、本堂）・法堂（はっとう）（住持が演法するための堂）・僧堂・庫院（くいん）（食事のまかない所）・東司（とうす）（厠屋（かわや））・浴室の七つをかぞえることになっている。

これら七堂の正確な配置は、仏殿を中心として、その前方に山門、背後に法堂というのがきまりである。従って、手前の方からいえば、山門―仏殿―法堂というぐあいに、この三棟の建物が、縦に適当な間隔をおいて位置を占めることになる。次に、中央の仏殿に向って右側に庫院（別名、庫裡（くり））、左側に僧堂。さらに山門に向って右の方に浴室、左に東司（とうす）が配置されることになっている。（永平寺の七堂伽藍は、正確にこの配置を保っているめずらしい例である）。

以上は禅寺建築における七堂伽藍の名目と、その配置についてであるが、これでもわかるであろうように、僧堂は重要な七堂伽藍の一つである。元来、禅寺なるものは、その宗旨の建て前からいえば、坐禅の修行道場としての「坐禅寺（でら）」であるべきはずのものであるから、禅堂すなわち僧堂が七堂伽藍の一つにかぞえられることは、けだし当然すぎるほど当然なことというべきである。そして、坐禅が禅寺の生命であるという上からいえば、禅寺では、僧堂こそ最も重要視さるべきもの、ということにもなるはずである。

宗祖道元禅師は、シナの天童山における前後五カ年間にわたる修行をおえて帰朝後、洛南の宇治に興聖寺（こうしょうじ）と呼ぶ一寺を開創し、シナの禅院におけると同様の規模と様式とをそなえた、本格的な僧堂をはじめて建立されたのであるが、禅師はその建築資金としての浄財勧募の趣意書において、

寺院の最要は仏殿・法堂・僧堂なり。僧堂最も切要なり。（原漢文）

と述べていることによっても、禅の修行道場たる禅寺において、僧堂がどれほど重要なものであるかがわかる。

さて、その構造であるが、堂内はシナ風の土間造りで、左右と背後は廻廊になっている。四方は高い腰板でとり囲まれ、その高い腰板の上に明り障子がはめてある。外部と廊下とのさかい、さらにその廊下と内部とのさかいという工合に、内部は外界からは二重に、腰板や障子で隔絶されていることになる。従って、内部は薄暗い感じであるが、それは坐禅には好適な条件であるし、その上なにがしかは、防音装置的な役目をもはたしているわけである。僧堂内では読書はしないことになっているので、読書のための明るさは、ここでは不必要なのである。（読書は衆寮という別の場所で、『衆寮箴規』に示されている規範を守ってすることになっている）。

前側にも廊下に当たる部分があるが、そこは普通の廊下よりもずっと幅が広く、むしろそれは僧堂の口の間ともいうべきもので、外単と呼ばれている。外側に設けてある坐禅の席（単）という意味であるが、それは本格的な内部の坐禅の席を、内単というのに対しての名称である。

出入口は正面と背後とに在って、正面の方を前門、背後の方を後門と呼んでいる。その前門と後門には、冬は黒い厚手の布地で作った大きな帳をかけ、夏は竹の簾（すだれ）をかけることになっている。

内単すなわち内部の構造を見ると、すでに述べておいたように、その中央に安置してある、いわゆる聖僧（文殊菩薩）の龕（厨子）を中心として、その四方に高さおよそ五十センチほどの牀が造りつけてある。これがすなわち単と呼ばれるものである。それは横長い牀で、奥ゆきは畳が縦長に敷けるだけの幅で、黒べりの畳が横ならびに敷き詰めてある。専門語ではこれを長連牀、あるいは長連単というのであるが、僧堂ではその畳一枚が、修行僧一人分の座席なのである。修行僧たちは、めいめいに指定された畳一枚を自分の席（被位・単位）として、ここで坐禅をすることはもちろん、食事もここでするし、夜はこの畳一枚分の範囲以内で、蒲団にくるまって就寝するのである。いわゆる、「起きて半畳、寝て一畳」という、それはまるで潜水艦の乗組員みたいな手狭な生活である。

単と呼ぶその牀の前の方は、幅およそ二五センチほどの角材で縁取ってある。これを牀縁と呼び、食事をする際に

は、この上に食器をならべることになる。従って、牀縁を足で踏んだりなど絶対にしないことになっている。

縦敷きにしてある畳の奥には、函櫃(かんき)と呼ぶ各自専用の函戸棚(はことだな)がある。それは上下二段から成り、上の段には手まわり品をいれ、下の段には寝具を収めることになっている。この戸棚には、上下別々に、ちょうど旧式の郵便函の蓋みたいな、開けるときには下から上へめくり上げる式の蓋がついている。

以上が僧堂の内単の構造の概要である。元来、禅寺建築は、簡潔素朴を特色とするが、わけても僧堂内部の構造は、簡素といえば、じつに簡素の極みともいうべきものである。

さきに、僧堂は原則として、在籍者以外の者の出入は厳禁されている旨を述べておいたが、正確にいえば、それは内単だけに限ることで、いわば僧堂の口の間(ま)にあたる外単への出入は、その限りではない。外単にも、その名のごとく坐禅用の牀(単)が設けてあり、一般の参禅者などは、ここで坐禅をさせてもらうことになるわけである。

まだ義宮といわれた当時の常陸宮さまが、北陸地方の見学旅行をされた際、そのうちの一夜を永平寺で明かされたことがある。宮さまは、翌朝、ご自分から進んで修行僧たちと同様に三時に起床されて、僧堂で坐禅をされたのであったが、たとえ皇族たりといえども内単の方へ入っていただくわけにはいかないので、外単の席へ着いていただいたこと、なおついでに言いそえるならば、その坐禅中に、殿下も修行僧なみに、警策(きょうさく)(坐禅中の居眠りをさますための警棒)で、肩を力いっぱいに打たれたことを、筆者は今になお印象ぶかくおぼえている。

僧堂のすぐ背後には、修行僧たちの洗面所があり、これを後架(ごか)と呼んでいる。そして、さきに七堂伽藍の一つとして挙げておいた東司(とうす)というのは、僧堂における修行僧専用の廁屋(しおく)、すなわち便所である。

宗祖道元禅師は、洗面所や東司においての心構えや作法を、実にこまごまと示されているが、そのことについてはいずれあとで触れるつもりであるから、今は略しておく。

六　僧堂入りを許されるまで

用語としては必ずしも正確なものとはいえないが、僧堂での修行生活のことを「雲水生活」といい、僧堂における修行僧のことを「雲水」あるいは「雲衲」と呼んでいる。雲衲の衲という字は、僧侶と同じ意味の衲僧の衲であるから、雲衲の二字は、雲水僧というも同じである。

「雲水僧」あるいは「雲水」というのは、雲水行脚僧を略したものである。「一身は雲水の如く、悠々として去来に任かす」とか、あるいはまた、「行雲流水」というような古人の語句もあるように、これはいわゆる一所不住の修行僧が、悠々と去来する雲のごとく、あるいは、さらさらと淀みなく流れる水のごとく、なんらのわだかまりもなく、なにものにも執われることなく、所さだめず行脚の旅を続ける様子を、いわば詩的な用語で表現したものである。

往古の禅僧は、このような行脚生活を続け、その道中にしかるべき禅寺があれば、一宿一飯を乞い（拝宿点心）、もしその寺の住持が、参禅の指導者（師家）として、師事するに足るほどの人物と見れば、暫時その寺に足を留めることを願い、随侍（随身）して提撕（指導）を受ける、というようなことをしたものである。

思うに、当今においてもなお、一定の禅寺に集まって修行生活をしている修行僧を、「雲水僧」あるいは「雲水」と呼びならわしているのは、このようなところに由来するものである。

いささか専門じみた用語の説明になるが、右のごとく雲水行脚僧が、因縁にまかせて、しかるべき一寺に足を留めることを、禅門では「掛錫」、あるいは「掛搭」と呼んでいる。掛錫の錫は、行脚をする際に大地を突いて歩く一種の杖ともいうべき錫杖のことである。一寺に逗留している間は、その錫杖は無用となるので、それを掛けるべき一定の場所へ掛けておく。このようなところから、「錫を掛ける」といえば、行脚僧が一寺に足を留めて、修行の日夜を

過ごすという意味をあらわすこととなり、それが「掛錫」の二字に圧縮されたわけである。次の〈掛搭〉は、搭も「かける」と読む字であるから、結局これも掛錫と同じ意味である。

「掛錫」にしても「掛搭」にしても、ずいぶん毛色の変った用語ではあるが、僧堂の修行僧たちは今もなお、このような用語をすらすらと日用語として使いこなしている。

さて、昔の禅門の修行僧たちは、以上のべたような雲水行脚の旅を続け、もししかるべき師家にめぐりあえば、請うてその寺に掛錫して修行を続け、去るべき時がくれば、さらりと辞去（告暇）して、また次の旅路にのぼる、というような行き方をしたものであるが、今はもう、そのようなかたちの行脚生活は、ほとんど行われてはいないと言ってもよい。

ここで曹洞宗のことに移るが、現在の洞門においては、大本山をはじめとして地方の二十数カ所の寺院に、宗門公認の専門僧堂なるものが設けてある。いずれの僧堂を選ぼうと、それは修行僧当人の自由であるが、たとえば、檜舞台ともいうべき大本山の永平寺の僧堂行きを決意したとする。

いずれの僧堂へ掛搭する場合も同様であるが、まずその僧堂あてに願書（掛搭志願書）を提出して、あらかじめ許可書を手に入れ、しかるのち一定の身仕度をととのえて発足するわけである。しかし、たとえ許可書を持参しようとも、実際の入門は、なかなか面倒である。ここでは、あこがれの大学の入試にパスした学生が、大手をふって校門をくぐる、といったような調子にはいかないのである。

まず、その身仕度であるが、墨染めの法衣をたけ短かに着て、足には草鞋、脚絆、頭には網代の笠をかぶり、胸と背中には、袈裟行李と後附と呼ぶ二つの包みを、振り分けのかたちに掛ける。その袈裟行李の中には、袈裟や差し当り必要な経本などを入れ、後附の中へは、最少限度の日用品を入れることになっている。

ざっといえば、このような身仕度をするわけであるが、見ようによっては、まことに時代ばなれのした、まるで時

代の裏側を逆の方向に歩くがための身仕度でもあるかのようにも見えようが、しかし、僧堂生活への心機一転のためには、これはまことに効果的なのである。といっても、実際に体験した者でなければ、それはとうてい解るはずもないことではあるが。

ところで、このような身仕度をととのえて、つつましやかに山門をくぐっても、おいそれとすぐにその日から、古参の雲水なみに僧堂入りが許されるというわけではない。こころみに、それからの模様を少し述べてみよう。

いわば「掛搭志願僧到着所」ともいうべき、接賓と呼ぶいかめしい玄関へ到着し、肩に振り分けにして来た荷物の包みをきちんと前に据えて、取次を待つわけである。接賓の入口には、取次を請うための合図に打つ、版と称する禅寺独特の一種の鳴らし物が掛けてあるので、力をこめてそれを三打する。しかし、受附の役僧はなかなか出てこない。実は、わざと出てこないのである。ここで半日くらいは、軽く待たされる覚悟が必要である。一般世間の人々には想像もつかないような、まことに珍妙な世界ではある。

それにしても、腹の立つほど待たされたあげく、客行という役の古参株が落ちつきはらって立ち現われ、意地わるげな、そしてきびしくもまた荒々しい口調で、いわば口頭試問めいた質問を、容赦もなく、いやというほど浴びせかける。たいていの者は、この関門でドギモを抜かれ、理窟などならべ立てようという気分は、どこかへけし飛んでしまう。いうなればここは、「娑婆」の皮を一枚ぬぎ捨てさせようがための、大切な関門なのである。半日以上も平気で待たせることも、荒々しい質問も、無遠慮至極な面罵も、実は、すべてこの目的から割り出された活手段なのである。

ここで思う存分しぼられて、なにはともあれこの一関をパスすると、旦過寮と呼ぶ一室に通され、これから旦過詰というのが始まることになる。期間はだいたい一週間くらいであるが、この期間中は、一日三回ずつの読経や食事などの時間に連れ出されるほかは、連日、ただ黙々と坐禅を続けているわけである。たとえそれが厳寒の季節であろう

とも、ここにはぜんぜん火の気はなく、もちろん喫煙のごときは厳禁である。逆説じみた言い方をするならば、もしこうしたことに堪えうる自信のないものは、初めから僧堂行きなど諦める方が賢明である。いや、禅宗の僧侶などにならぬ方が、より賢明かも知れない。筆者もかつて、旦過詰の味をなめた身であるが、正直なところ、それはまことに忍苦そのものともいうべき一週間である。しかしこの期間中に、正しい坐禅の仕方とか、僧堂独特のむずかしい食事作法とか、その他いろいろな進退動作についての、いわば一応の予備教育が施されることにもなるわけである。ただし旦過詰なるものの本来の目的は、その掛搭志願僧が、はたして本格的な僧堂生活に堪えうるだけの、道心のもち主であるかどうかを、ひとまず客分として旦過寮に入れておいて、テストしようというのである。

「旦過」の二字は、解しにくい用語であるが、この場合の旦は、元旦の旦と同じく朝という意味である。『広辞苑』を調べて見ると、「旦過」のくだりに、「夕に来て翌朝行き過ぎる意。禅宗で行脚僧の宿泊すること」とあるが、さすがに要を得た説明である。従って、旦過寮といえば、行脚僧あるいは臨時の外来僧を、宿泊させるための室ということになる。これで、掛搭志願の修行僧を、ひとまず旦過寮と呼ぶ一室に入れておくわけも、一応理解できようかと思う。

やがて、骨の折れるこの旦過詰の期間が過ぎると、古参の雲水たちに仲間入りして、僧堂においての本式の修行生活を始めるための儀式、すなわち僧堂入りを許す儀式（掛搭式(かたしき)）が行われる。この儀式をさかいに、それまではいわばかりそめの逗留者として扱われていた新参僧も、僧堂の正式な在籍者（安居僧(あんご)）ということになり、堂内に坐席（単）が指定され、そこに名札（単牌(たんぱい)）が掛けられることになるわけである。

以上は、新参の修行僧が僧堂入りを許されるまでの動きの概略であるが、これによってもほぼ想像がつくであろうように、たとえば永平寺というような、本格的な禅の修行道場における修行生活なるものは、なまぬるい、勝手気ままな当今の学校生活などとは、ぜんぜんそのおもむきを異にするものである。従って、しっかりと道心を固めて、自

ら進んで身を投じないことには、とうていその生活に堪えぬいていけるものではない。宗祖道元禅師は、前にあげておいた『正法眼蔵・重雲堂式』の冒頭に、

道心ありて、名利をなげすてんひと入るべし。いたづらに、まことなからんもの、入るべからず。

と、きびしく規定されているが、まことに僧堂なるものは、道心に燃える真の求道者だけが入るべき、厳粛無比な修行道場というべきものである。

七　僧堂生活の一日

では、僧堂生活の一日なるものは、どのような動きによって過ごされるものであろうか、ということについて簡単に述べてみることにする。

夏と冬とでは、起床時間をやや異にするが、真冬の季節以外は、三時起床というのが普通である。辰司という役目の者（辰はとき、時をつかさどる役、いわば時報係）が、起床の合図に大きな鈴をふって廻るところから、僧堂では、たとえば三時起床という場合には、「三時振鈴」というような言い方をする。

振鈴を合図に一斉に起きあがり、手早く蒲団を縦に二つに折り、それをちょうど巻きずしのようなぐあいに固く巻いて、各自専用の函櫃の中へ押し込み、東司をすまし、前記の後架で洗面をする。その洗面は、お互いにめいわくにならぬよう、きわめて短時間にすます。

宗祖道元禅師は、大小両便所としての東司においての心構えと作法については、特に『正法眼蔵』の一巻として「洗浄」の巻を示され、後架における洗面の意義と作法とについては、「洗面」と題する一巻を示されている。今ここでは、その内容にまで触れている余裕がないので割愛するが、要するに道元禅師の説示の眼目は、東司も洗面所も、

すべてこれ修行道場ならざるはなし、という基盤に立脚するものというべく、従って、そこで守らるべき作法の一々の上に、仏法そのものが在るのだ、というのである。

洗面をおえたならば、すぐに僧堂の単（席）に着いて、早暁の坐禅を始める。曹洞宗では、この坐禅を「暁天坐」、あるいは坐の一字を略して簡単に「暁天」とも呼んでいる。

およそ一時間におよぶ暁天の坐がすむと、法堂へのぼって朝の勤行（朝課諷経・略して朝課）をつとめる。朝課をおえて僧堂へ戻ってくると、すぐに朝の食事（粥座）が僧堂内で行われる。

「僧堂生活の規範書」のくだりで一言しておいたように、その僧堂内での食事は、道元禅師が「赴粥飯法」にくわしく示されている食事作法によって、威儀正しく行われるのであるが、その作法はなかなか面倒である。新参者がまがりなりにも食事の作法に慣れるまでには、少なくとも一ヵ月ぐらいを要する、というほどのものである。それがらくらくと平気でできるようになるまでには、まずだいたい半年ぐらいの期間が必要である。給仕人（浄人）の作法もまた、なかなか面倒である。

各自専用の食器（大小いくつかの黒塗りの椀が、順次に重ねあわせて袱紗に包んである。そのうちの一番大きい椀が、いわゆる応量器。別名鉢）を展げ、箸袋から箸や匙などを取り出す場合の、その展げ方、取り出し方、置き方、給仕の受け方、食べ方、食器の片付け方等々、その一々に一定の作法がある。ちょうど茶道における点前のようなもの、というよりはむしろそれは、この食事作法から出たものではないか、と思われるような作法である。

もちろんそれは、ただ単なる作法のみにとどまるものではなく、食事をすることそれ自体が仏道修行、いや仏道そのものである、というのが道元禅師の仏法の骨目なのである。もし「赴粥飯法」をもととして、その食事作法と、その深い仏法的な意義、ことに食事の際に唱える食事訓ともいうべき、「五観の偈」などについて詳説しようとすれば、ゆうに一書を成すほどの紙数が必要である。

ついでながら参考までに、僧堂における日々の食生活の内容を、ざっとご披露におよんでみよう。まず、朝食のことを粥座と呼んでいることでもわかるように、朝の主食は、明けても暮れてもお粥で、副食は漬物と焼き塩だけである。中食は、麦御飯と味噌汁と漬物。夕食は麦御飯と野菜のおかず一品と漬物だけ。植物性の油は使われるが、魚類や肉類とはぜんぜん無縁の食生活である。

当今の栄養学者が聞いたならば、おそらくは驚きあきれるでもあろうような粗食生活ではある。しかし、だからといって、修行僧たちは決して青ざめているわけではない。それどころか、ぴちぴちとしている。筆者はかつて、「精神カロリー」というような、妙な自家製用語をふりまわして、僧堂の食生活について述べたことがある。このようなことについても、私見の一端を述べてみたいのではあるが、今は割愛する。

食事についてのことは、この程度にとどめて、話を本筋へ戻そう。

朝食がすむと、すぐに内外の掃除にとりかかる。僧堂ではこれを「日転掃除」と呼んでいる。日課としての掃除という意味である。それは三と八の日（つまり三日・八日・十三日・十八日・二十三日・二十八日）には、「三八掃除」といって、平日には掃除しないような所までも入念に掃除することになっているので、それに対して日課としての毎朝の掃除を、「日転掃除」と呼ぶに至ったものである。

古来、禅寺では、「一掃除、二看経」ともいわれているように、看経（経典や祖録を読むこと）以上に、内外の掃除を重要視するのである。たしかに清掃は禅寺の生命ともいうべく、清掃の行き届いていないような禅寺は、ただその一点だけですでに落第である。僧堂において清掃を重要視するゆえんも、またここに在るわけである。

さて以上のべてきたように、暁天坐、朝課、粥座というような順序を追い、それに続く日転掃除がやがてすむころになると、仏書の講義（本講）が始まる合図の版（およそ一〇センチほどの部厚な堅い板で造った、禅寺独特の一種の鳴らし物）が打たれる。雲水たちはその音を合図に、所定の講堂に集って聴講する。いうなれば、これは僧堂生活

における学課の時間である。

本講がすむと、間もなく午時の読経（日中諷経）。引き続いて中食（斎座）。午後二時ごろからまた本講、あるいは特別の作務（作業）などがあり、五時ごろから晩の読経（念経）、続いて夕食（薬石）という順序になる。

夕食後ややくつろぎのひと時があるかと思うと、やがてまた夜の坐禅（夜坐）が始まる。九時に夜坐をおわる合図の版が打たれ、続いて梵鐘が静かに鳴り響く。僧堂ではこれを「開枕鐘」と呼んでいる。修行僧たちはこの鐘を聞きながら、その一日を反省し、法衣を脱いで畳み、各自の函櫃から夜具を取り出してのべ、心静かに就寝するわけである。

夜具をのべるといっても、前に述べておいたように、一人分の席は畳一枚分しかないので、夏ならば掛け蒲団一枚を二つ折りにして休む（俗にいうかしわぶとん）。寒い季節には、二枚の蒲団を筒形にうまく組み合わせて、その中へからたをにじり込ませて寝るわけである。窮屈といえば実に窮屈な格好ではあるが、しかし慣れてしまえばよくしたもので、なんらの違和感をも覚えなくなる。僧堂生活もそこまでいけば、もう、しめたものである。

このようにして、禅の修行道場としての僧堂生活の一日は、いささかの淀みも弛みもなく、貴い一日一日として、静かにもまた力強く過ごされていくのであるが、以上はいわば規格判的な一日の動きともいうべきもので、ときとしては、雲水総出動のもとに、終日にわたって勤労作業を続けるようなこともある。

禅寺では、すべての勤労作業を「作務」と呼び、作務は坐禅とともに大切な修行とされている。作務は動的な坐禅ともいわれているように、それは決してただ単なる労働ではなく、修行そのものとしての勤労であるというのが、僧堂生活の建て前である。

「運水搬柴、是れ諸仏の威儀」という禅門の句がある。ここにいわゆる威儀とは、仏作仏行という意味であるから、これはまさしく、修行としての作務の真の意義と貴さとを、端的に道破した一句というべきものである。

八　むすび

与えられた主題「曹洞宗における禅堂の生活」については、まだまだ述べたいこと、いや、述べなければならないことが沢山あるが、すでにゆるされた紙数をはるかに超えてしまったので、この程度で筆を措くことにする。

思うに、禅堂の生活、それは当今の一般社会人の日常生活とは、その様式と内容とを、いちじるしく異にするものではある。しかし、その様式において、またその精神において、禅の修行道場としての禅堂の生活には、機械文化の奴隷化したとまでいわれつつある現代の社会人の胸を、必ずや大きくゆさぶらずにはおかぬ何ものかのあることを、筆者は固く信ずるものである。

「禅ブーム」などという言葉さえも、世間の一隅には流れている昨今である。このようなオーバーな、そして歯の浮くような表現は、筆者のあえて好むところではないが、しかし、このような言葉さえも、口に筆にされつつあるというそのこと自体が、右の事実を雄弁に物語るものではなかろうかと思うのである。

「禅堂の生活」なるテーマにおいて、坐禅そのものに触れずにおわることは、龍を画いて点睛(てんせい)を欠くうらみなしとしないが、初めにも述べておいたように、それは別の筆者の論述に待つことになっていることを、念のため重ねて申しそえておく。

禅修行の諸相

坐禅・参禅

北原隆太郎

釈迦牟尼世尊の菩提樹下の成道に端を発し、祖師西来して少林に面壁してよりこのかた、坐禅・参禅という大問題は禅の全歴史を貫き、さまざまの波瀾や葛藤を捲き起して現代に至った。さらには未来を翹望して、世界の禅に展開すべき時節がすでに到っている即今、考察すべき問題はあまりにも大きく、複雑多岐を極めている。坐禅・参禅観の歴史のごときも、修禅者にとっての自らの学道上の反省の鑑としてあるのみならず、その超歴史的な歴史それ自体が全自己の主体的な求道史・遍参史としてすら実感される。私自身が或る時は維摩に呵せられる舎利弗や、神会に攻撃される神秀であったり、また或る時はその逆の立場に立ったりしたといった感じである。公案禅に参ずると、未熟で有心な陸亘太夫の見地に立ったり、老熟して無心な南泉禅師の境界に成り切ったりして、対照的な両方の立場を現ずる。そういう工夫の影響もあろうけれども、古人の坐禅・参禅も皆、自己の坐禅・参禅のように実感され、決して他の古人の閑機境とは思えない。この坐禅・参禅ということの為には古人もどれほど苦心惨憺されたことかもしれない。たとえば、岩からこけ落ちたり、死に瀕するまでも、ただ「明徳」なるものを明らめたい一心で、本当に坐禅された盤珪禅師のことを想うだけでも、涙なきを得ない。

坐禅・参禅については畢竟、「描せども成らず、画けども就らず」である。「只だ自ら怡悦すべし、持して君に贈るに堪えず」と下語して、これで下座したいところである。

坐禅とか参禅とかいう言葉は古来、さまざまな意味に用いられている。坐禅観の如何によって坐禅の内容も異り、坐禅が覚への方法または覚からの作用と見られる場合もあれば、坐禅それ自身が目的で、また覚の当体そのものと見られる場合もある。参禅という言葉は柳田聖山兄の『初期禅宗史書の研究』によると、永嘉大師の『証道歌』にあるのが最初の使用例と推定されるが、そこでは尋師訪道の義である。参禅は今日の臨済禅では参禅入室を意味するが、がんらい、参究商量は昔は上堂の際でも、日常の作務の間でも、随時随処に出あいがしらに活潑潑地に行われたもので、それが本来のことである。道元禅では参禅は坐禅とほぼ同義語のようである。むろん参師聞法の意味もあろう。天童如浄禅師の「参禅は身心脱落なり」との語は最も根本的に参禅の本質を衝いた表現である。ここではしかし、広く禅に参ずることと解してもよかろう。

抱石庵久松真一老漢を代表者とする私どものＦＡＳ協会（旧学道道場）では、坐禅を一応、端坐実究と称し、参禅入室に代るものとして、参究または相互参究と名付ける一対一の対決を、実究とは別に行う。因みに大摂心の代りに別時学道と言い、経行を繞道とし、提唱に該当するものを提綱と命名したのも、すべてこれ二十年前、第一回別時学道を行うに際しての抱石老漢の発案による。年三回の別時学道（各七日間）もすでに六十回を重ね、初期の十回は妙心寺東海庵で、あとはほとんど寸心塔（西田幾多郎先生のお墓）のある妙心寺霊雲院で行ってきた。伝統の臨済禅と異る語をあえて用いるのは、たとえば「提綱」は綱領を提げて立つの意味で、師家のみのなす提唱と異って、必要に応じて道人は誰でも、提唱に該当するような発言をあえてすべき故でもある。その仕方や内容はもちろん提唱風のものではないが、普通の講義や講話や講演とは異り、各人の実存の深底から発露すべきギリギリの言説である。参禅を「相互参究」と名付けるのは、従来の伝統禅での参禅入室の形式をとらず、学人が無条件的絶対的権威としての師家

に参ずるのではなくして、道人同志が誰が誰とでも、それぞれのギリギリのところで参じ合い、対決し合うという方式の故である「一切衆生は本来仏であって、各自の自仏こそ、真仏である」という根本的な高い観点から抱石老漢が創案された方式である。実際上、近年まではほとんど、了々たる即無的実存としての老漢への参究のみが主として行われてきたにかかわらず、老漢は自らとの参究をも相互参究の一環とされ、のみならず、道人相互間でも活潑にそういう参究を実行することを最初から要望された。西田哲学で、「絶対の個物と個物との相互限定」という、その相互限定の究極的本来的な在り方がそこに現前しなければならず、参禅入室の場合でも本来は同じ事であるが、撃石火閃電光の凄まじい一対一の出会いもそこに現成する。ただし『臨済録』に、「主、主を看る、主、客を看る、客、主を看る、客、客を看る」として四賓主に分類されているような四つのケースもありうる。活潑潑地な相互参究を行うことは、それによって各自の殻を脱殻する機縁たらしむべき意義をもつとともに、むしろ本来、殻が無いからこそ、直きにこれ現今、相互参究の場が開けているという根本義もそこにはある。別時学道中に特に設けられた相互参究の機会においてのみならず、私たちの道場では初心久参、先輩後輩の別もない猛烈な切磋琢磨が常に行われてきた。中国の河南の戦場で多くの人間が悲惨な最後を遂げて虚しく死んで行った中で、辛うじて生き残った私は、命あってこの上ない師友にめぐり会ったことを感謝せずにおれないとともに、そこに何か天与の使命があるに違いないことを痛感せずにはおれない。形無き自己（Formless Self）にめざめ、全人類（All Mankind）の立場に立ち、超歴史的な歴史（Super-historical History）を創造して行くという、F・A・Sの三契機をもった「人類の誓」を、この宿世の師友とともに心から誓わずにはおれないゆえんである。この誓願が、私たちの場合、坐禅・参禅の尽きることのない原動力であるが、この誓願は仏教の「四弘誓願」の根柢をなす「智体悲用」（般若の大円鏡智の体と、一点無縁の大悲心の妙用）と、その根ざすところ、微塵の相違もありはしない。

坐禅・参禅という言葉がいかように解せられるにせよ、その言葉が直指する究極のそのもの自体は一でなければな

らない。禅は「教外別伝、不立文字、直指人心、見性成仏」をモットーとしている。この四句に対しては道元禅師の異論もあるにせよ、その道元禅師でも坐禅を「直指端的の道」とし、「直下に第二人無し」とか、「直下承当」とか言われて、直指とか直下とかを強調される。直指とは頓であり、頓でなくては禅にはならない。漸修漸悟も禅修行の諸相の一つとしてはあるにはせよ、禅そのものの本質は直下の頓修頓証にある。坐禅は「一超直入如来」である。迷悟にもかかわらない「大通智勝仏」である。南岳と馬祖との坐禅をめぐる問答にはいろいろ解釈もあるけれども、いかに瓦を磨いても、本来無一物底の鏡にはなりようがない。車でなくて牛を打たねば、牛車は動かない。禅は即今めざめている活きて働くそのものでなければならない。頓とは時間的に速いということではなくて、無時間ということであり、即今ということである。即今即永遠である。

坐禅・参禅そのものの端的は即今、開口不得である。言語道断・心行処滅である。言葉をもっても、心をもっても、身体をもってしても、求められうるようなものではない。身・口・意の三業を頓に絶している。龍潭禅師も紙燭を吹滅した。這裡、一法の説くべきものも無い。等閑に触着すれば火星飛ぶ。言い得るも三十棒、言い得ざるも三十棒、ハッシ、ハッシと打って打って打ち捲くるのみである。明頭来也明頭打、暗頭来也暗頭打、四方八面来也旋風打、虚空来也連架打である。黙っても喋っても、とうてい、届くことではない。千言万語を喋々して縷説しても、さもあらばあれ、没交渉である。

「如何なるかこれ坐禅・参禅?」という問いに対して、「如何なるもこれ坐禅・参禅」と、絶対肯定の面から放行して答えることもできようけれども、それもいささか間延びしている。「これ坐禅・参禅」と答えるにしても、一句合頭の語、万劫の繋驢橛である。「汝自身を知れ!」とばかり、いきなり問者の鼻を抓むとか、胸倉を摑まえて、突き飛ばすとか、蹴り倒すとかして、直下に全体作用を発揮するのも、禅匠の活手段ではあるが、それも少し乱暴かもしれず、這裡、乱暴も乱暴でないもあったものではないとはいえ、言葉をもって言葉の葛藤を截ることに自在の妙を発

露された道元禅師のような行持綿密な方からは、「ただ荒々しき様子のみなり」と眉をひそめられるかもしれない。趙州禅師なら悠容として「庭前の柏樹子」とか、「喫茶去」とか口唇皮上に光を放ち、雲門禅師なら、「関！」とか、「乾屎橛！」とか紅旗を閃めかせ、黄檗禅師や徳山禅師なら、問者が口を開くが早いか、一頓棒を喰らわせ、臨済禅師なら、天地も轟くような一喝を浴びせられよう。達摩大師なら、面壁して振り向きもされず、維摩大士は一黙して不二法門の当体を露呈し、釈迦牟尼世尊は良久拠坐して、慈眼視衆生なるのみかもしれない。良馬は鞭影で走る。

抱石老漢が維摩の「一黙」を微に入り細を穿って諄々と提綱されていた真最中、堪りかねたK道人が突如、「喧ましいっ！」と怒鳴った。「癩児、伴を牽く」とでも思ったか、芝居の観客が覚えず、「高島屋！」と喝采したようなものかは知らない。老漢はちらりと一瞥されたきり、これを黙殺して、何ら取り合わず、そのまま平然として「一黙」の滔々たる言説を続けられたのである。

道元禅師が「言語道断とは一切の言説をいう。心行処滅とは一切の心行をいう」(『正法眼蔵』安居)と逆説的に説かれたような裏返しの高い観点の次元も、こういう場では如々に開演されていた。口を開くことは舌頭上には無い。四十九年一字不説底は口無しの獅子吼のうちにあり、終日説くところにいまだかつて説かざるものがある。不是心・不是仏・不是物！

坐禅・参禅は坐禅・参禅ではないから、坐禅・参禅である。坐禅・参禅は本来無相であって、坐禅・参禅の当体そのものには坐禅・参禅という相も無い。一切の相も無くして、即今、一切の相をありありと現じているものが形の無い本当の坐禅・参禅そのものである。坐禅にも着せず、参禅にもかかわらない自在人が真の坐禅人・参禅人である。坐禅・参禅そのものには或る一定の時とか、特定の場所とかも無い。それ故、随時随処が坐禅・参禅となる。というより、即今・当処に、常が坐禅・参禅である。直心・深心これ道場である。

坐禅・参禅を禅修行の諸相の一つとして見るのは一応の見方であって、本来のことでもなく、究極のことでもない。

坐禅・参禅は禅修行の一つの相としても現ずるけれども、そう現ずる当体がかえってそのものである。限定するもの無くして一切を限定するもの、見るもの無くして見るものである。ことさらに禅とか修行とかいうまでもない、即今無相の当体そのものである。その当体は直下に、すべての人の本来の面目そのものに他ならない。一切未生以前、一切未発以前、一念未萌以前の私たち自身が、即今、一言半句をも要せず、時を移さず、所を変えず、そのもの自体である。そのまま、無相の自己である。「妙は未聞の前に在り」という。

即今目前にありありと現前している森羅万象も、ことごとく形の無い坐禅の自己表現であり、妙有相に他ならない。これを現成公案という。即今、見聞覚知し、一挙一動し、着衣喫飯し、困来臥眠するのも、ことごとく形の無い坐禅の無作の行為として、妙用でないものはない。これを神通妙用という。七顛八倒、膿血滴々地もそれである。

坐が禅であり、禅が坐であるから、略して坐といおう。坐そのものには時間的な心相も念相も無くして、無時間である。過去・現在・未来の三際を絶した無際の真際である。これを絶対現在という。

坐は空間でもない。形が無い点で虚空にも喩えられるけれども、それ自身にめざめている活きた虚空である。覚している虚空とも言えるが、その覚は無覚の覚であり、その知は事に触れずして知るというように、それ自身めざめている知である。眼の前に何か特定の形をした物が無い場合にも、眼の性はそれ自身としてあるようなものである。あるといっても、有無や生滅の相を離れたあり方でのあるということである。そういうあり方でのあるということが、めざめているということである。抱石老漢は「無能所的覚体」という。そのもの自体は了々常知とか、孤明歴々とか、内外明徹とか、明瞭透徹とか、霊明とか言われるような、はっきりした智体である。そういうものを心で思って対象的に捉えようとしても、不可得である。そういう念の起るもとなるが故である。坐は虚空に喩えられるように無辺際で、前後左右上下四方八面東西南北などの方位もなく、方向もない。原時空である。時空をも絶し、一切の限定を絶している。

こういう形の無い坐にめざめる工夫の仕方について、抱石老漢は神学者ティリッヒ教授の質問に答えて、何かに集中するよりは何ものでもないものに集中するがよく、そこには対象も無く、主体も無いことを教えられた（『FAS』第三七号）。何か特定のものを媒介とするよりも、何ものをも媒介としない方が条件に適した仕方であり。そういう特定でないものに押しつめてゆくことが本当の身心脱落・本当の自己に徹する方法としては最上である、とされる（『FAS』第五七号）。必ずしも数息観とか公案拈提とかをも必要としないわけである。私は身体的障害に悩んでいた時、老漢から、「身体が無かったら、どうやって坐りますか？」と一拶されて、愕然としたことがある。

正念相続の工夫についての私の問いに対して老漢は「いつも無時間ということです」とも、「私が私であるというような事です」とも答えられた。水波の喩でいうと、水が正念相続であり、何か正念相続しなければならないというようなものがあれば、それは本当の正念相続ではない、とされる。無工夫の工夫ということになろう。盤珪禅師が「仏に成ろうとするより、仏で居るがようござる」と言い、「いつも不生の仏心ひとつで居ること」を説かれたのと似ているようでもあるけれども、抱石底では、不生不滅の当体は仏心というより「無相の自己」といった方が直下であり、話している時に後ろの方で雀や鳥の声がしているのを聞き分けているということよりも、もっと端的に、直接こうして話しているのがそれだ！　ということになる。そういう表詮は神会録などにもあるが、能動的無の主体知は神会的な「知」よりも、むしろ臨済的「人」の端倪すべからざる用きにみちている。六祖や神会が定慧一体を説くように、抱石底でも体用一如であり、体のところに用があり、用のところに体がある。用の無い体の空々寂々たる頑空も、体の無い用の根無し草のような妄動もともに斥けられる。前者は但空不毛の鬼窟裡の死人禅にすぎないが、後者も一見、いかに活潑潑地のように見えても、その実、ハッキリした覚に基づかない虚しい幻影のようなものであり、全人類的・歴史創造的な真の大機大用を発露し得ない役立たずのものとして批判される。掃蕩門と建立門とは二段階的にあるのではなくして、「即今どうしてもいけない」という絶対的掃蕩と、そこから「どうするか」という絶対的建立と

が頓に一時に為され、体用一体で、体が同時に用をもち、用を起すのでなければならない。坐禅は往々に頑空に堕し、無相という面だけに成りがちであるけれども、活きた坐禅ははっきりした働く自己にめざめて、つねに大用現前である。坐から立つのではなく、坐が立つのである。立つという働きが出るところ、また、立つというそのことに坐がある。体が用くという仕方で立つのでなければ、立つことも妙用ではない。バーッと立ってもよい。

坐は無住である。有相にも住せず、無相にも住しない。有相に住するのは凡夫であり、無相に住するのは声聞縁覚の徒である。有無に滞らないから、執坐相としての坐禅にも腰を据えてはいない。王三昧はむしろ動中の工夫にある。道元禅師も「豈に坐臥に拘わらんや」という。趙州は「如何なるかこれ定?」と問われて、「不定」と答え、そのゆえんを訊ねられて、「活物、活物」と言った。六祖大師は金剛経の「応無所住而生其心」の一句下に、言下に大悟した。自性がもともと清浄で、本自具足して欠けるところなく、不動不揺な自己であることにめざめたのみならず、「図らざりき、自性能く万法を生ぜんには!」とも讃嘆した。「応無所住而生其心」の梵語の原意は「まさに囚われのない清浄な心を生ずべし」という意味であるとしても、漢訳での意味の変化によりかえって、即今、直下にこの見聞覚知の上にピチピチと活きて働いている、形無き自己そのものの妙用にめざめるのに適切な機縁としての活句に転じた。花を見れば直きに花である。而生其心という、その生の端的が不生である。無心・無念・無住の体としての形無き自己がつねに現在であり、それが手前、つまりこちら(絶対此岸)であって、それが眼耳鼻舌身意・色声香味触法といった作用を現じてゆきつつあり、無限の時間や無辺の空間を創造しつつあり、塵塵光を放っていることが、坐上に実証される。坐が立ち、坐が歩いていれば、巍々堂々である。六祖壇経にある有名な坐禅の定義を、或る別時学道で拈提して坐禅してみた事があるが、その時どうであったかは忘却してしまった。

寒山詩に「咄哉、咄哉、三界輪廻」という。私自身の三界輪廻の一端を回想してみよう。

寸心西田幾多郎先生に一期一会したのが私にとって参禅の発端であった。この寸心老漢との相見こそ、私の全人生

の方向を一転した決定的参究であり、絶対の個物としての一人に出会うという参師聞法の嚆矢をなした。昭和十八年秋、迫りくる学徒出陣を前にして、「朝に道を聞かば夕に死すとも可なり」との唯一念であった。人生二十余年、死ぬまでに何とかして生死の一大事を明らめねば、せっかく生れてきた甲斐もないことと思い、己事究明の唯一の手懸りと思われた西田哲学の根本を究めようと決断し、東大を中退して転学した直後である。数ある御著書のうち特に猛烈に疑団を喚ってやまないのは『無の自覚的限定』一巻であった。その前年夏に体験したイエス・キリストの十字架上の愛にめざめた回心による恩寵の光に照らされて、この書物に魅せられ、或る程度までは理解できたが、それ以上は一歩も進めない「無理会の処」に撞着し、この難透の関を禅と直覚した。

その日、鎌倉姥ヶ谷の奥にある寸心山荘では松籟が颯々と鳴っていた。「個物の自己限定即絶対無の一般者の自己限定」についての質疑の最中であったか、這の老漢は大きく両手を展げて上下しながら、「世界が世界自身を限定する」とおっしゃった。熱情をこめて滔々として説き聞かせて下さった哲学的解明の内容は忘れたが、かの大きな身振りは今も眼に浮ぶ。その身振りには、哲学とも分ちがたく渾然一体となっているような活きた禅が端的に現れていたと、今にして想う。昔、薬山の惟儼禅師も天地を指して、「雲は青天に在り、水は瓶に在り」と言った。「世界が世界自身を限定する」というのはその同じことの哲学的論理的言詮でもある。「世界が世界自身を限定する」といえば、一切がそれであって、それでないものはない。この一句、久遠劫以前から尽未来際までを一口に道い尽くし、「寸心、世界を蔵す」（抱石）の概がある。日月星宿、山河大地、森羅万象、天堂地獄、ことごとくこの「全真」（寸心）の中にある。

「世界の自己限定」という一句には、創造的世界の創造的要素としての絶対の個物と個物との事事無礙な相互限定を、限定するもの無くして限定している動態的なそのままといった響きがある。比喩的に言えば、五本の指を一々自在に屈伸している一掌全体の自己限定が同時に個々の指自身の自己限定でもあり、また指と指との重々無尽の相互限定で

もある、といった趣きにも、あまり適切でもないが、喩えられよう。もっとあっさり言えば、「遍界曽て覆蔵せず」である。「世界はこんなにも広濶としているのに、どうして皆の衆は鐘が鳴ると、一斉に七条の袈裟をつけて出頭するのか？」（『無門関』第十六則・鐘声七条）という問いかけのうちに潜む雲門禅師の着眼も甚深微妙である。「大道長安に透る」というように、雲門・寸心、通貫するものは一なりと思う。即今、ペンを執っているのも、お茶を一杯、呑み乾したのも、行為的直観の世界の自己限定でもあり、形無き坐の妙用でもある。その端的には、世界も無く、坐もまた無い。

　坐禅・参禅も、公案工夫も、日常工夫も、作務・托鉢もみな別々の事ではない。六祖が「行住坐臥、常に一直心を行ず」というような意味での一行三昧あるのみである。禅修行の諸相というのも、その無相平等なのがもとであるが故に、そこに歴然として成り立っている差別相にすぎない。白隠禅師の坐禅和讃に、「無相の相を相として、往くも還るも余処ならず」というごとくである。

「風にはどんな色がある？」という公案がある。西田先生のような哲学者が「色の一般者の自己限定」を論じておられる時には、単に色彩の現前している視覚の世界の特殊な問題に限った思索ではなくて、その背後に常に「一切の限定を絶して、一切を自発的に限定するもの」「限定されることなくして、無にして自己自身を限定するもの」「無にして見る絶対無の場所」といった、単に個別的事ではない究極的で永遠な一問題を深く洞察して、そこから個別的特殊問題を扱っておられるに違いない。絶対無の場所といえば、とかく個物を載せたお盆や、個物を包む風呂敷のようなものとして客体的に、また静態的に表象されがちであるが、この膠盆子はそういう対象的な「何か」ではなくて、一切の何ものでもない自己であり、動・不動をも絶して動静不二な、無が無に対するほか、対して立つものの無い主体的無として実は、解せらるべきではないであろうか。形無き坐と絶対無の場所とはその深底では一ではなかろうか。名称は異にしても、両者の何れにも、普通いう世界や歴史をも瓦解氷消して呑却し去るようなところがある。『証道

歌』に「了々として見るに一物も無し、亦人も無く亦仏も無し、大千沙界海中の漚、一切の賢聖も電払の如し。」とか、「実相を証すれば人法無し、刹那に滅却す阿鼻の業」とかあるような人境倶奪面である。その無底の深みからして無辺な世界や無限の歴史を建立してゆく一点無縁の大悲願の積極的な能動面も湧出してこよう。

「絶対無の一般者の自己限定即個物の自己限定」という命題に省発するところがあったのは、学道道場の論究の場での突発事による。大悲心を説いたK道人にたいして抱石老漢が、「あなたの言う一即多・多即一をこの茶碗で示しなさい」と一拶された。K道人はおもむろに土瓶をもって進前し、老漢の前の湯呑茶碗に茶を注ごうとした。その一刹那、老漢はかねて作務で鍛えた大きな一隻手を振ったが早いか、いきなり茶碗を跳ね飛ばし、茶碗はあたかも茶を注がれることを拒否する独自の意志を刹那に付与された生きもののように、茶碗自身で一間近くもすっ飛んだ。金毛の獅子が繡毬を転がすというか、巨霊手を抬ぐるに多子無しというか、唐突な出来事の生起に一驚した刹那、忽然として傍人である私のうちに閃めいたのはかの寸心底の一句子であった。K道人は「どうも恐れ入りました」と平伏したが、老漢はすかさず、「いけません！」と追い打ちの叱声を浴びせた。老胡の知を許して、老胡の会を許さずといおうか。

或る別時学道の摂了の際、T道人が老漢の坐の前へ進み出て、老漢の耳もとに囁くような低声で、「一切を否定したら、何が残りますか？」と質問した。老漢はいきなり両手で彼の両肩をポンと突いた。不意を衝かれた彼はクルリと仰向けに転がされ、みごとに一回転して拝をした。昔、水潦という坊さんが馬祖に蹴倒されて、「一毛頭上に向って根源を識得し去る」と言って、笑いが止まらなかったという。馬大師は脚で蹴ったが、抱老の坐は突礎に無手の手を用いた。外対立を絶し、内差別を絶する無的主体の何という無礙な応作かと、覚えず舌を吐く思いだった。

復員後、京大で老漢の仏教学の講義を拝聴した頃、老漢はいつも黒板に水波の図を描いて、坐を解明された。波頭の多を摂めて一水に帰する還源の方向が坐禅の方向であるが、坐の当体はそういう方向も無くなった一水そのもので、

波としての私から水を向うに求めている間は本当ではない。水が本当の私であって、それが波を起滅させてゆく。いかに波を奔騰させても、水の性は喪われようがない。波立っている当所で、波がじきに水であることにめざめるのが臨済禅の行き方であるが、個々の波だけが水の全体ではない。往々に水の無い波だけの波になりがちである。個波を私と思うのは無始劫来の無明で妄想である。西田哲学の個というのは全体を含んだ個で、普通に私を個と思っているような、そういう個のことではないと、こういう説明であった。私は当初、キリスト教的先入見もあって、この水（絶対自者）が自己であるという考え方を理解できず、自己を絶対者に擬する人間のヒュブリス（傲慢）ではないかと疑い、反撥した。西田哲学とも相当ニュアンスが違うようであり、私は絶対他者的な神に包まれ、神の前に、神に対して立ち、また即今、神に触れ、神に接している自己ではあるけれども、この私を神（永遠）と同一視することはどうしてもできないと思った。殺仏殺祖底の自己にめざめ得なかったのである。

初めて妙心寺春光院内の抱石庵に参上し、老漢と面面相対して、これは本当に死に切った人、大死した人であると直覚した。西田先生の御額や御写真が欄間に懸っているので、安心した。老漢のお世話で龍安寺に住み込んで、日曜になると参上したが、「本日失礼」の札が柱に貼ってあることも多かった。上り込むと、待たせて置いて、銅鑼の懸っている廊下の蔭からヌッと姿を現わされ（建立門）、あるいは奥へ姿を消し（掃蕩門）てしまわれた。面面相対していつまでも黙然良久が続いたこともあり、「善をも悪をも思わない即今、汝の本来の面目はどれか？」と六祖の直指に出会った明上座のように無時間に成った。どこかで「リーン、リーン」と鈴の音が鳴っていた。

選仏寺での学道道場の平常道場で初めて坐禅した頃、結跏が組めず、半跏で坐った。人の来ない内から柱を背にして、一心に坐ったので、その内に手が脱落した。一炷の初めと終りの合図の鈴の音の間が弾指の一瞬間と成った。非思量底の坐は明妙安楽の法門であった。しかるに、老漢から結跏趺坐でなければ本格的でないと注意され、龍安寺の松倉紹英師に訊いても、半跏だと結跏の倍はかかるとのことで、もっぱら結跏だけにしてからは難行苦行に変じた。

しかし痛みのおかげで雑念妄想や睡魔が比較的生ぜず、「外諸縁を息め、内心喘ぐこと無く」凝住壁観しえたのは痛みに感謝すべきであろう。痛みがあると、妄想の面出しする余地も無くなり、何も無いので痛だけが了々常知である。万法が足ともいえない足に帰する。『普勧坐禅儀』通りに公案無しでまず二年間、坐った。身体の輪廓だけが一団塊のように残っていたのが、結跏に組んだ辺の触覚の一団塊だけに成る。痛団である。その痛みは焼け火箸のようになり、ついで痛覚に質的変化が起り、涼しい水の感触になる。しかし、この痛の問題には多年難儀した。

人類何千年の伝統をもつ結跏趺坐の坐り方はおよそ人間の本来の姿であり、本源自性にめざめるのに唯一の道ではないにしても、最上の道であろう。結跏は手足に分散した多様を折り畳んで、丹田の一に収め帰した形である。身心全体を挙して一指頭となり、富士山や剣岳の姿となる。結跏の姿自体が公案現成であり、大仏坐である。結跏すると、両手足とも左右交叉され、どちらが右か左かわからぬように渾然一体となり、左右の矛盾的自己同一体が現成する。『臨済録』にも「交脚坐」を説く。鈴木大拙先生が"cross-legged sitting"と英訳されたように、足の十字架と思って、キリスト者もこれで死復活に参ずるとよい。結跏は蔵六とも言われる。蔵六とは六識を摂収することであろうが、亀が頭尾手足を縮めて甲羅へ収めたようすに喩えられる。ヨガには十種類も坐り方があるが、やはり結跏が基本形である。形無き坐なら立つも臥るも行くもよいし、坐る応用形もいくらあってもよいけれども、いろいろ実験して結跏が最もよいから、柔軟体操でも何でもして、ぜひ結跏を楽に組めるよう努力すれば、身体障害者や重病人は別として必ず組めるようになる。結跏もどちらの足からでも自由に組めるようにしないと、多年の間には腰椎に多少の歪みが起るようで、私は遅蒔きながら逆の結跏も試みる。机に向うにも、湯舟の中でも、その他いつも結跏している。習禅ではなく、常に摂心でいるため、不生でいて、主人公を暗まさないためである。驀直に尽界を超越する結跏趺坐の王三昧をもって、一生受用不尽底と定めた。坐禅に退屈するという境界はいまだに経験しえない。

別時学道の初期には来る別時も来る別時もほとんど痛との格闘のみに終始し、何の因果でこんな苦行を始めたかと

後悔したことも一再ではない。公案無しの結跏趺坐は只管に痛のリアルな現前に直面せざるをえず、雲門が折脚した時の瞬間的痛と異り、持続的で、果然として大人の相を現ぜざるを得ない。六祖壇経に「痛と不痛とはこれ生滅」とあるように、痛まないからといって、それでよいのではない。ことさらに痛の執坐相なのも愚である。しかし大死一番すべきであるのに、痛の拷問や試煉で吹飛ぶ程度の観念的知見解会の分際では本当のものではないという一心で、自らに鞭打った。復員当時は純真だったので、初期別時学道では夜もろくに寝ず、自己ビンタを振い、足を手拭で縛り、柱に身を括りつけても、坐禅に徹しようとした。私たちの仲間は自発的求道者ばかりなので、皆、真剣そのものであった。解跏せずに結跏し通してついに気絶卒倒したT道人など、気絶者も何人か出た。私も痛のため全身が自動的に痙攣して止まらなくなったことがある。睡魔に襲われると妄想紛飛し、瞬間的に夢を見る。ひっくり返りそうになる。心理現象としては火鉢や茶碗などの幻像がまざまざと幻出したり、その他、潜在意識の底からもろもろの変幻が生滅して果てしないこともあるが、一切とり合わぬ。京都白河の崖の上で孤峯独宿したりもしたが、高低の感覚が無くなるから、断崖の上などで坐るのは危い。同志と結伴して三昼夜不眠摂心をしたり、友人と墓場で坐ったり、三僧堂、諸寺院、般若道場、山中、樹上、石上、春光院の祠の中などずいぶんとあちこちで坐ったものである。

第六回別時学道の第五日目にもう昼か夕方か暁方かも分らなくなって、無意識に般若心経を拈提していた。心経は坐禅の内容を最も簡潔に要約したお経と思う。いつの間にか深い禅定に入った。ふと遠くの方で鶏鳴がし、忽然として三昧から覚めた刹那、ガラリと世界の根柢が解った。と思った経験も、もう忘れたが、祖録によくある古人のそういう機縁が架空の虚誕でなく、真実に実際にあるのだということは疑い得ないものとなった。

忘れ得ないのはむしろ、その夜の参究である。昭和二十三年十二月十七日の夜のことであった。東海庵の薄暗い一室に抱石老漢が凝然と端坐して居られた。この臘八別時学道では初日からおちついた緊張のうちに凄愴の気が堂内に漲っていた。老漢は初日の劈頭の垂示からして、大課題を道人一同に課せられた。未曽有の最も究極的根本的な、端

的且つ確実に真実の覚に到る方法を、この別時で樹立しようというのである。禅のこれまでの伝統にも無かったような新たな方法を人類のために発明せねばならぬ、それを皆で一体となって工夫しよう、各自にその方法を見出すように、との厳命であった。それまでに私は公案工夫については何ら知るところがなかった。身心脱落どころか、身心の桎梏（しっこく）に喘いでいたくらいで、自分で方法を発見せよと言われても、まったく暗中摸索で、手懸りのつけようがない。何回か老漢に参究して、いくらか自らの問題が限定されてきたとはいえ、依然、五里霧中であった。

その第五日夜の参究の時、老漢は三角な白眼をして、「即今、坐ってはいけなければ、どうしますか?」と迫られた。坐禅こそ闇夜の唯一筋の灯光で、もはやこれしか生きる道がないと信じ切っていた私にとって、晴天の霹靂（へきれき）であった。いずれの行も及びがたき身として、つい前日までは疲弊困憊、その坐禅にすら絶望しかけていたくらいである。参究は言論往来の論究の場でなく、死活の場である。直下に無基底的に即応し得ねばならない。午後の坐で鶏鳴に些少の省発があった余勢で、私はさっと立った。「立ってもいけなければ、どうするか!」私はごろんと臥た。「臥てもいけなければ、どうするか!」私は出て行こうとした。「出て行ってもいけなければ、どうするか!」ここで休し去った。結局、これは「即今、どうしてもいけなければ、どうするか?」という問いなのである。老漢がうんざりするほど、ありとあらゆる所作も為し得よう。しかし、絶対否定即肯定道と命名されたこの窮通（窮すれば通ず）の主体的公案の真意はそんなところにはない。「一切どうしてもいけない」大死底で、「即今、どうするか」である。絶対の掃蕩と建立が一時に頓になされねばならない。公案の公案でもある。古則にも類則がないことはない。しかしここには一切の個別的公案をも一掃し、古則千年の旧殻をも撃砕して、活臨済が躍り出ねばならぬような狙いがある。手上、口裏（くり）、眼裏、何で出て来ようが一切いけない。人間存在のどん底には有無・生死といった存在・非存在の二律背反と、真偽・美醜・善悪・是非・浄穢・凡聖・仏魔といった価値・反価値の二律背反とが一体となった根源的二律背反がある。深くこれにめざめて、これを瓦解氷消し、脱却して、全人類的・歴史創造的な大機大用を発するような絶対無的

主体に翻転しなくてはならない。この大転換を頓に成就せしめるにはどうするかと、これはそういう問いである。しかし、そういう構造がこの問いに含まれていることは当夜はまだ解らなかった。
その夜、私は通身鬼眼が迸った。即今、私は絶対自由である、私を縛する何者もない、どうすることもできるという考えが閃めいた。止静中に突如、起立することもできる。しかし、待てよと反省した。そんなことで真に覚体の体に透徹しうるであろうかと。その夜から寝食も忘じ、食事中も箸をつけることも忘じ、御飯粒もとりこぼすほど、ひたすらこの問題に専念集中し、いくらか問い自体の構造が透察されかけてきた。しかし、以来七年ほどは、孫悟空が仏力で頭に鉄輪を嵌められたように、即今どうすることもできず、この主体的公案一つに礙えられて、蒼龍の窟に下るほかなくなった。まことに屈、述ぶるに堪えたりである。老漢と私との中間に在った山田無文老師御愛用の文机を叩き潰してしまったこともあった。板木を強打しすぎて、内耳の蝸牛殻まで破損してしまった。蒼天、蒼天である。
第九回別時の臘八第五夜、堂内を叱咤策励する直日の私自身が不眠不休のため坐を崩して、警策のA道人から「坐禅、坐禅といっても、口先きだけの嘘っ八だ！」と大喝され、刹那、万里の氷層が頓に現前した。第二十一回別時の臘八中日、抱石老漢の御母堂が逝かれた時、御危篤の電報がくるまで、老漢は帰省されず、提綱・参究された。この深恩を想えば、尽未来際、永劫の修行を誓わずにはおれない。苧坂光龍・中川宋淵両老師の御法愛も他日、記す。

公案工夫

辻村公一

ここで課せられていることは、公案工夫の実際を記述することではなくして、それを反省してその内に含まれてい

る構造を乏しい経験から明るみに取り出すことであろう。それでは一体公案とは何であるか。

公案の意味を最も広く解するならば、われわれの一人一人がこの世界に生きていること、従ってまたその内にわれわれが生きているところの世界全体がただちに公案である。従ってまたいかにこの世界の内に生き、いかに人と会い、いかに仕事をなし、いかに山川草木、飛花墜葉を見るかということ、そのことがただちに、短剣を脇腹に突きつけられたような恐るべき公案である。そういう日常茶飯のことの内に、自己の全体が隠すところなく現われているとともに俎上に載せられているからである。

しかし、それが日常のことであるが故に、そのことにわれわれは慣々しくなっており、今こうしていることが断崖絶壁の縁に危坐していることであり、われわれの死活に関するということに、容易に気がつかない。そのために、そのことに気づかせるために狭義の公案が必要となる。以下、狭義の公案とその工夫との意味を幾分か明らかにすることが試みられるが、狭義の公案の由って来る所以は、われわれの一人一人が自己自身においてすでに一大公案であり、直ちに恐るべき問であることに存している。

その恐るべき問は、キェルケゴールの言葉でいえば、「永遠が汝に問うことは、この何百万の何百万人中の一人一人の各人に問うことは、ただこの一事、つまり汝は絶望して生きてきたか否かということである」(Krankheit zum Tode, übersetzt von E. Hirsch, S. 24.)。キェルケゴールは「絶望」を「死に至る病」と言う。単なる死ではなくして永遠の死に至る病である。それは「自己」として実存する人間に「普遍的」な病である。「死に至る病」は、仏教的に言い換えれば、「生死」であり、詳しく言えば、自己が生死の中に囚われて生死の大海に生死的に浮沈していることである。そのことを思い知らせるとともに、そのことからの解脱の道を指示する点に、差当って公案の意味が存するであろう。従って、公案は、絶望からの根本的快癒をもたらし、人々をして「平生を慶快」ならしめるための劇烈な

る毒薬である。

病状が人によってさまざまであるのに応じて、薬である公案も種々伝えられている。医者すなわち師家になるためには、沢山の公案を心得て機に応じて使い得なければならないであろう。しかし、患者である学人の立場から言えば、どの薬でもかまわない、ただ、生死の大病から全癒し「病癒えし者の神性に捧げる聖なる感謝の歌」(ベートーベン、作品一三二番)を歌えればよい。病状はさまざまでも病は一つである。それ故、最初の一則の公案を徹底的に咬み尽くして解決しなければならない。

病が普遍的な重病であるが故に、最初の公案も普遍的であり根本的である。一々の場合にいかなる公案が最初の公案として課せられるかは、患者とそれを診断する医者とによって決まるであろう。いかなる公案であろうと、それは直下に病根を突き、患者の腸を抉り取って患者の顔面に叩きつけるようなものでなければならない。いかなる公案が最初に課せられようとも、それが指示しているものにはなんら変りはない。それはいずれも、生死にかかわらざる自己本来の面目を直示している。それ故、その公案の解決は自己本来の面目の現前以外にはあり得ない。

自己本来の面目は、本来生死を脱しているものであり、もう少し拡げて言えば、有無を離れ是非善悪を絶した当体である。それ故、それは、思惟されることも理解されることもできず、従って言葉に言い現わされることもできないとともに、その当体が思惟する時には思惟し、理解する時には理解し、時と処とに応じて是非善悪を適切に分別する。その当体は底無しの大虚空のごとく、そこからかつその中でその働きとして思惟や理解や分別や言葉が生じて来るものであるが故に、それらの働きでは到達できないのであり、それらの働きを拠処にしてその働きのもとに到らんとすることは方向が違うのであり、本末顚倒である。その本末顚倒が、キェルケゴール的に言えば、「間違った関係」(Mißverhältnis)として「絶望」にほかならない(op. cit. S. 9-10.)。

公案工夫とは差当って、そういう本末顚倒を根本から翻転することへの道であり、それは根本が、つまり言葉でい

えば、自己本来の面目が目覚めて来るようにせしめる工夫である。それにはまず身心一切の働きを――働き出すという通常の方向から逆転して――そのもとへ摂めて行かねばならない。それ故に、公案工夫は差当って坐禅にある程度習熟し、正しい坐相を体得していることを前提とし、それと一体において行われるのである。詳しく言えば、公案工夫の目標は自己本来の面目を目覚め来らしめることであり、それが目覚めて来ることは、身心一切の働きの摂った当処において身心それ自身が脱け落ち、つまり大死一番したとたんに脱落身心として絶後に再蘇するという仕方で成就する。その身心脱落する際、確乎不動の身心一如的坐が確立されていない場合には、湛然たる定中に入り得ずして挫折する。それ故に、正しい坐禅の体得が公案工夫の前提の一つとなるのである。もう一つの前提は大疑団の醸成ということである。これは前提というよりは工夫において成立して来る事態である。(その点では、正しい坐相の確立も同様である。すなわち、坐っているうちに坐が坐自身を正しく確立するようになる。) しかし、自発的に坐禅・参禅を行おうと決心する時、そこにはすでに自己自身を何とかしなければ落つかぬ。このままではいかん、ということが、なんらかの程度と判明性とにおいて現われている。この自己自身における漠然たる不満と一に存する自己自身に関する疑惑、それが疑の団子のように成長して来ることが公案工夫には必須の前提である。それ故、禅に入る前に自己自身に関する何とも仕様のない疑惑を深く大きく抱いている人にとっては、その疑惑が大疑団に成長し、その大疑団が自己本来の面目の現前において瓦解氷消することも早いのである。逆に、疑団なくして坐禅し公案を工夫しても、仮にそれで一則の公案が解決されたとしても(そういうことは本来あり得ないが)、それでは数学の問題やクイズを解くようなことになってしまい、公案工夫にはならない。問題が自己自身に関わっていないからである。しかし、ともかく自発的に禅の門を叩く時には、彼自身には十分明瞭に意識に上ってはいないにしても、すでに疑団の芽生えがそこにある。それ故、師家がよく「理窟を言わずに、まあ坐れ」と言うのも、理にかなったことである。ともかく、以上の二つが公案工夫の必須の前提であると思われる。

しかし、公案工夫を自己自身に到るための道程とのみ見ることは、なおその真義を尽くしておらない。一般に禅の修行——たとえば、坐禅・参禅にせよ、作務・托鉢にせよ、いわゆる悟後の日常工夫にせよ——すべてに当てはまることであると思われるが、修行の行先とか目標はすでに修行の当処において現在している。坐禅にしても、それが本来直下に身心脱落であり、真に坐ることができるならば、それがただちに身心脱落であり、真に坐ることができない間は、そのことへの道となるのである。同様にして、公案工夫も真に工夫それ自身になり切ったならば、それがただちに解決となる。寔に、古人の言うごとく問は答処にあり、答は問処にある。その意味においては一超直入であり、階梯を経ずして、公案がすでにその工夫をなしている自己本来の面目の露堂々たる現前である。まさしくその故に、公案工夫は、それに徹底しない間は、行先への道程となり得るのであり、しかも公案は絶対に的確な指示すなわち直指となり得るのである。未熟な筆者の経験したかぎりでは、どの公案もそういう構造になっており、その故に公案たり得ていると思われる。要するに、公案は自己本来の面目の現前であり表現であるが故に、まだ自己本来の面目に相見しない者にとっては、それへの道標になり、工夫がそれへの道程となるのである。それ故にまた、公案はただ学人を窮地に追い込むための手段であるとか、それ自身においては無意味な逆説であるというような見解は、間違いである。

公案と公案工夫とのこのような構造、すなわちそれは本来、自己本来の面目の現前であり、従って、そういう自己への道の道標と道程になり得るという構造、言い換えれば、問と答とを絶した答であるが故に、それにまだ契合しない者にとっては問になり得るという構造、それについてはさらに次の二つの事柄が明らかにされねばならない。すなわち一つは、一体どこからこのような構造が生じて来るのかということであり、もう一つは、このような構造から指定されている工夫の仕方はどのような仕方であらねばならないかということである。前者の方が根源的な問題であると思われるが、その解明の地盤を確保しておくために、ここでは後者の事柄を先に述べる。

既述のことから明らかであるように、公案工夫は自己自身への道程である。工夫している者がその工夫において自己自身になり切ることであり、そのことにおいて自己自身を明らめることである。つまり「己事究明」である。それ故、自己の外に向って何か物を求めるような態度では公案工夫はなされ得ない。それはどこまでも自己自身の内に、自己の底に深く分け入って行くことである。どこまでも「まだいかん、まだいかん」として自己自身のもとに帰って行くことである。事実、自己の底にまだ明らめられざるものが残っているかぎり、決して落着することはできないのであり、自ずから「まだいかん」ということになる。この「まだいかん」という気持が残っているかぎりは、事実まだ自己自身に行き着いていないのであり、自己の内にまだ明らめられざるものが残っているのである。そういう途中の処で公案についての見解が現われても、それは公案の解決にはならないのである。工夫において公案そのものに成り切ることと自己自身に成り切ることとがなかなか一にならないのであり、仮りに公案そのものに成り切って或る解決がついても、そのことと一において自己が自己自身に成り切っていなかったならば、そこにはまだ自己の内に明らめられざるものが残るが故に、その解決では本当に安心できないのであり、つまりその解決は解決にならないのである。仮りにそういう仕方で一則の公案を解決して一定の見解が出て来て、それが伝統された見解と一致する場合があっても、それは形の上でたまたま一致したに過ぎないのであり、それはそれだけのことであって、自己自身の正体を明らめたこととは別である。仮りにそういう仕方で自己の内に現われて来た見解と伝統された見解との一致を以って能事畢れりと安心するならば、それは伝統への憑依を根拠とする安心であって、真の安心ではなく、従ってまた禅でいう安心ではないのである。(そこでは、伝統も伝統されてはいない。) 後者のためには「まだいかん」を――これが残るかぎり一切不可であるが――徹底的に尽くして尽くし切るほかはない。それは可と不可とを、つまりは有と無とを絶した自己本来の面目に直見することにおいて以外の仕方では不可能である。逆に自己本来の面目に撞着するならば、そこにはもはやいかなる疑をも容れる余地はなくなるのであり、いわゆる「肯心自ら許す」ということにならざ

るを得ない。そこで初めて師匠の本来の面目と相見するのである。すなわち入室参禅が必要になる。と言うよりは、自然と師匠のもとに行って相見せざるを得なくなる。

入室参禅については別の方が書かれるであろうが、自己自身に会うことは同時に師匠に会うことである。自己本来の面目はあくまで自己自身であるとともに、自分だけに限られているものではないからである。多少とも入室参禅された人は誰でも経験することであるが、或る見解をもって師匠に相見し拒否される場合には、事実他人から拒否されるという感じはしないのであり、自分にもまだ明らめられてはいない、自分の自己自身によって拒否され撃退されたという感じがするものである。(従ってその撃退は単なる否定ではなくして、拒否がただちに自己本来の面目の現前であり、工夫の方向を直示する。)そのことは次のことを示している。すなわち師匠が弟子にとって師匠であるのは差当って、弟子の自分にもまだ明らめられざる自己本来の面目を弟子に向って突きつけているということである。それ故に、師匠と相見することは弟子が自己自身と相見することである。それ故、最初にして最後の公案は、弟子が真に自己自身に徹底し自己自身に成り切ることにおいて自己が自己自身の師匠になることであり、そのことにおいて師匠を不必要にすることであり、師匠から独立することであり、まさにそのことにおいて師匠に相見することである。簡約して言えば、弟子がもはや弟子でなくなることにおいて初めて真に弟子になり、師匠がもはや師匠でなくなることにおいて初めて真に師匠になるということである。それが真の伝統である。そこまで行かないかぎりは、公案工夫は済んだことにならないであろうと思われる。以上のことから、公案工夫の実際を貫いてそれを公案工夫として成り立たしめている筋道と同じ筋道が、入室参禅をも成り立たしめており、その筋道において両者が内面的に必然的に連関していることが、いくらか明らかにされたかと思われる。

そこから、さきに提出されたもう一つの事柄、すなわち公案工夫の構造がどこから由来しているのかという問題を考えてみる。その構造は、いかなる公案もすでに自己本来の面目の現前であり、それに相見しない間は公案がそれへ

の道標になり、公案工夫がその道を行くことになる、ということであった。公案工夫は、たとえば、「蚊子鉄牛を咬む」と言われるように、到底手のつけようのないものを手にしようとする絶望的な努力である。それはいくらやっても無駄であるとして止めてしまえば、それまでのことであり、自己本来の面目に相見しないままで終ってしまう。それでは徹底的な安心はできない。それで、そういう何ともかともしようのないものをひたすら咬んで咬んで咬みついて咬み尽くしていると、そこに不意に転回が起こる。すなわち何ともかとも手のつけようのない不可得のものが、そっくりそのまま不可得のままで自己本来の面目であり、初めからそうであったことが自覚され自知される。そうなると、ウンウンいって鉄牛に咬みついていた蚊子の泣き声が鉄牛の吽吽たる唸り声にほかならなかったことが判然とわかる。そこにおいてわれわれの一人一人の内に厳存する自己の構造が明らめられる。すなわち鉄牛すなわち自己本来の面目は、大小広狭過去現在未来を絶して現在する永遠の本体であり、一切の相を絶した何ともかとも言えぬものであり、それを一心に究め去り究め来っている公案工夫は、そういう本体の働きであり、西田先生的に言えば、絶対無の自己限定であり、あるいは同じことであるが、「永遠の今の自己限定」(全集第六巻一八一頁―二三二頁)であり、それがわれわれの一人一人であるということになる。そこに至って初めて、キェルケゴールのさきに引用された恐るべき問にキッパリと答えることができる、すなわち、絶望はついに絶望ではなかったと。そこから見れば、公案工夫のさきに言及された構造はわれわれ人間の根本的本質構造から由来しており、それのいわば水に倒映された形無きものの影であったということになる。そこから新たなる生活と限りない修行とが始まる。それはもはや狭義の公案工夫の枠を破って出た生活即工夫として、創造的なる活潑々の日常生活にほかならない。

湘潭雲尽暮山出　　湘潭　雲尽きて暮山出ず

巴蜀雪消春水来　　巴蜀　雪消えて春水来る

日常工夫

上田閑照

意は毘盧頂𩕳を踏み
行は童子の足を拝す

序

(1)　「日常」とは一日一日の生活である。朝から晩まで、晩から朝までの一日一日をすごすという仕方でのみわれわれは一生をすごして行く。一日をどう生きて行くかはそのままわれわれの一生の生き方になって来る。われわれは一日一日のうちに実はすでに自分の一生を送っているのである。「一日」とは、朝八時には出かけ、きめられた仕事をして十二時には昼食し、午後三時には人と約束があるというように、その時その時が（ここに「瞬間」の契機がある）特定の具体的な事と結びついた、内実のある一定の長さをもった時間であり、しかもそれが反復回帰する。（この円環に一種の永遠性の契機がある。）このように一日一日が繰返されるところに一日の「日常性」があるが、しかし同時に、何か非日常的なことが起るのも一日の内である。かくして一日一日の、それ以外にはないわれわれの生活は、平常は二重の危険に陥っている。即ち一方は、日々の繰返しにその時その時の事になれて安易のうちに瞬間を空費し、虚脱した円環として日々が空転するところのいわゆる日常性に堕する危険である。他方は、それでも日々が新

たにもたらす円環が、非日常的な出来事を突発せしめる瞬間によって衝撃されてがたがたになる、即ち日々いつとなしに起り得る大小の非日常事に脚下をすくわれ日常の生活が乱されるという危険である。たとえば、何のために食するのか不思議にも思わず朝食をかき込み昼食をとり夕食をがやがやとすませるとすでに一日が空しく終っているという具合であり、しかも他方ちょっと何か非常の事が起ると今度は落着いて食事もできずあるいは不安で食欲もなくなるという有様である。いずれにしても自己喪失の日々となる。そのような日々を生きる我々は、空虚のきりのない繰返しかあるいは非日常事による圧倒のうちに早晩行きつまらざるを得ないであろう。このようなあり方が打破転換されて「一日」の本来――本来の自己の「一日」が生きられなければならない。本来の「一日」においては、日々繰返される小事と見える事――たとえば食事の時には食事のうちにその時の大事を見、かくしてその時その時の事に全心身を挙してなり切ることによってその時を熟せしめつつ時間性を透脱し、逆に非日常の事に当ってもたとえば尋常に食時には食事するというまさにそのことによって非常を日々の円環内に「平常」化して行く。このようなあり方での一日一日の反復回帰は、「一日の行持を行取せば一生の百歳を行取するのみに非ず、百歳の他生をも度取す」るといわれるように、「永永」の円環的具体となる。即ち、一日一日が繰返えされるというそのことが具体的な永遠となるのである。「今日も騰々任運、明日も任運騰々」といわれる。非日常事をも任運に「平常無事」化し得るその日々の円環は、まさに日々繰返えされる日常の事を以って騰々と輪転するのである。日々、目覚しに驚かされて目を覚ますそのままが大いなる「覚」であり、水を汲んで洗面するそのままが「神通妙用」、雑踏の中を仕事に出かけるその足どりはそのまま「脚頭脚尾清風起」、机上仕事の山に向うそのままが「独坐大雄峰」である。

(2)　しかしそれが本来の一日であるとしても、日常性のうちに空転しつつ非日常性におびやかされている日々の我我のあり方をいかにしていかにして打破転換できるであろうか。どういう方法で脱却できるであろうか。禅はいうであろう、い

かにしてという特別な方法はないと。「仏法は用功の処なし」、日々「十二時を使い」得るためには「行かんと要すれば即ち行き、坐せんと要すれば即ち坐し」、「ただ著衣喫飯」、そこに何の工夫すべきことのあろうはずはないと。「朝朝日は東に出で、夜々月は西に沈む」、一指も触れることのできない完成された法爾の世界が日々に運行しているではないかと。それはまことに無工夫端的、なんとも手がつけられない。どうしたらいいという手がかりなど本来はない。他方我々の日々の現実は前述のように、日常性による空虚化か非日常性による圧死か、いずれにしてもどうにもならぬ行きつまりである。自己内外の空虚空白、あるいは自己内外の八方ふさがり、行きつまった当人にとっては、行きつまったという以外のあり方は残されていない。動きのとれぬそこで、その行きつまりをあらためて自分のあり方として全面的にひきうけ、あるいは、その行きつまりの中に自分をすっかり投げ捨て、一切放棄して文字通りお手あげ、いわば人生「坐り込む」のが坐禅であり、実はその坐禅が転換になるのである。坐禅とは、一切の方法——いわゆる処世の技術とか生活の智慧とか人生訓とか生き方とか——を放棄せしめられることであり、動きのとれぬ行きつまりの極である。と同時に、手のつけられぬかの無工夫端的なるものの発端である。（一切放棄して坐り込む「どうにもならぬ」が、かの無工夫端的どうにも手がつけられぬもののネガなのである。）坐禅とは、手脚を整理し心意識の運転をやめ思量を停止して「何もしない」こと（徹底的なマイナス）であると同時に、まさにその「何もしない」ことをするという、無のうちからの動以前の動（根源的なプラス）である。心身に喰い込んだ一切の既成の以前への、また以前からの原自由である。一切を放棄した「坐り込み」は、もちろん他を動かすための手段ではない。あくまで自己自身への坐り込みである。心身を挙げて自己自身の本来を問うている姿なのである。己事究明といわれる。自分は何ものであるか。自分である底の人は一体何ものであるか。こうして坐り込んでいる自分は一体何ものであるかと坐り込んでいるのである。同時にそれはそのまま本来の自己が答えている姿である。自己への自己意識的な自問自答ではない。自己意識が動かなくなった「坐り込み」として、坐禅しているというそのことが徹底的な問であり、そして

坐禅であるその問に答えているのがまさにその同じ坐禅なのである。以上のような形で坐禅が転換になるのであるが、しかし転換のために——転換を求めて——坐禅するならば、その転換は起らない。一切の「ため」の放棄こそが坐禅だからである。坐禅そのものは実はマイナスでもなくプラスでもなく、問でもなく答でもなく、従ってその問の転換でもない。それはただ坐禅である。我々がそのように「いかなるものでもない」坐禅そのものである時、それがわれわれの転換になるのである。その時、ただ飯を食って寝るだけの無意味空虚だった生活が、「飢来れば便ち食し」「困じ来れば即ち臥す」底の、意味も目的も超えた端的となる。ただ「著衣喫飯」である。転換といってもだから別に目に見えて変ったことが起るのではない。しかしそれだけに大きな究極的根本的な転換なのである。転換は実は、著衣喫飯「以前」にすでにおこっている。尋常に著衣するそのままが、「寸絲掛けず」(まっぱだか)である。しかもそれは、単に着物を脱いで裸になる程度のことではない。裸の肉体もすでに、不透明な分厚い衣裳である。肉体をも脱ぎ、骨も裂いて——まして思想上、主義上、考え方上の一切の衣裳を脱ぎ捨てて——現じた本来の人が、自由に虚空中に骨格を立て赤肉団をまとい著衣するのである。

(3) 以上は、坐禅が我々の根本転換になるという理をのべた。ところで理としてはそうであっても、またそれで尽きてはいても、我々が坐禅を自分のあり方とするときにその坐禅のうちに理として含まれている転換の意義を遂行してそれが我々の日々の全存在の事実になるには、日々の生活の事実のなかで事実上の修練をかぎりなく繰返して行かなければならない。「理は頓に悟り、事は漸を以って修む」といわれる。理上の頓悟は、不断の漸修となり得る限りにおいてのみリアリティをもつのである。そうでなければ、単なる思い付きか、錯覚にすぎない。「日常工夫」においてはそういう不断の実直地味な「事は漸修」がすべてである。たとえ天地がひっくり返るような体験をしたとしてもそれは日々の「事は漸修」に平常化されねばならず、逆にまた別に変った体験などなくても日々が繰返えされる

そのこと自体が「事は漸修」なのである。ここに、一日一日の繰返しが第三の意義を現わして来る。日々は非本来的な空転でもなく、また一挙直接に「永遠」の本来的な円環的具現でもなく、かぎりなき精進の日々となる。日々の繰返しは精進の不断相続ということである。日々は永遠なる「途上」であり、それが具体平凡な真の永遠――もはや永遠という必要のないただ「日々」である。日々が途上であるこの精進の「事は漸修」はしかし、根本転換の上のことであり、いわゆる「証上の修」であって、もはや到りつくところを持たぬ無限の精進であり、「修して求めず」の日である。修のみあって求めるところない故にそれは努力のかぎりなき連続であると同時に、修のみあって求むるところがない故にその努力の連続が当人にとってはそのまま遊戯でもあるようなそういう精進の日々である。

さきに坐禅を、ゆきつまった動きのとれぬ窮地で一切を放棄して自己自身に坐り込むことだといったが、だからといって文字通り寝食を廃し職をやめ妻子を棄てて部屋に閉じこもって、坐を動かず日々坐禅専一に徹底するということは我々としてできない。それができないところに我々の不徹底があると同時に、他面、人生の意義不可解なるままにまた不徹底な自己に絶望したままで、なおやはり日々尋常に生きて行かざるを得ないところに日々の生活の別種のつらさと一層の行きつまりとがある。それは丁度、死ぬことによって終えることも許されないという事態に似ている。「坐り込み」といってもそれはわれわれのあり方における根本の決定であって、日々やはり勤めにも出かけなければならず、云々。結局日々の実生活をそれとしてしながら、坐禅の意義を生活の事実のうちに「事は漸修」によって遂行して行くのみである。ところで、このように日々を実生活しながらの禅である場合、一日の実生活と禅との関係を禅の立場で統一して行くのに二つの方向が出て来る。一つは一日の実生活をしながらその全生活をあげて禅を修して行く――即ち一日が禅になるように――「一日即禅」ともいうべき方向であり、他は、禅を修しつつその禅を一日の全生活として展開して行くいわば「禅即一日」の方向である。日々の実生活は、前者の方向では禅を修する実際の往相道場となり、後者の方向では禅から実生活を還相建立する現場となる。前者はあくまで自他を絶する方向への無限

の精進となり、後者は自他相関のうちであくまで他を主とする他のためのかぎりない努力の方向である。一つの具体的な事をするにも、前者の方向ではその事になり切るという仕方で、その事をすることがそのまま禅になって行くことが要求され、後者の方向ではその事をするのは自分がそれで禅をするためではなく、その事がいかにして他のためになるかということに心をくだいて働いて行くことが要求されて来る。この両方向はどちらが先ということはなく本来は相即したものであり――この相即をリアルに支えるものは両方向に自由に出得る「人」である――、またこの相即そのものを学ぶことが日々の具体的訓練であるが、以下、第一において前者の方向を、第二において後者の方向をそれぞれ少し具体的にとりあげてみたい。

一

(1) 「一日」を禅として生きる「一日即禅」の基本的な出発点は、起床洗面後と就床直前に朝晩の坐禅を日々欠かすことなく実行し、それによって坐禅から一日が始まり一日が坐禅に収って行くということである（坐禅そのものについては「禅修行の諸相」中の同項参照）。目覚めると同時に新聞を見たりテレビを見たりして自己を散乱するかわりに、一旦、坐禅によって自己内外を空じ自己未生以前世界成立以前に還ってそこからあらためて新鮮に「一日」を始めるのである。一日が終って床中あれこれを思いこれを想うかわりに、一旦、坐禅によって自己内外を空じて自己未生以前世界成立以前に還ってそのまま「就寝棺を蓋うがごとく」（自分の棺桶を閉めるように）一日を死んで行くのである。筆者はかつてある先達の居士から「早朝の坐禅は悟りに向う坐禅であり、就寝前の坐禅はその日の垢れを浄める坐禅だ」という言葉を感銘深く聞き、この言葉が長く朝晩の坐禅を実行する際の意義づけとも励ましともなった。とはいえ、朝晩の坐禅は本来そういう意味をもったものだということでもなく、また必ずそのように考えなければならないというものでもない。かえってそういうような意義づけからも離れるのが禅の本来である。初心の自分が朝晩の坐禅

に励みやすいように一応の意義づけをしても、実際に坐禅を実行しつづけるならば坐禅そのもののうちで意義づけをも忘れ、やがて一切の意義づけなしに朝晩端的に無目的無功徳の坐禅をするようになるであろう。

ところで朝晩の坐禅を日々欠かさずに実行するということは、家庭生活と職業をもつわれわれの日常においてはさし当って至難のことである。あるいは、至難のことのように見える。坐禅をしようという決心があっても、われわれの内なる怠惰と生活の外的な繁雑多忙は朝晩わずかの時間の坐禅をも容易に許さないのがさし当っての実情である。しかしそれは、当人がどうにもならぬ行きつまった自己に「坐り込み」、本当の自己に目覚めなければ救われないという事ならば可能になるはずである。そのためにははじめのうちは、朝晩の坐禅を一日のうちでなさねばならぬ「唯一つの事」としなければならぬ。一日を坐禅をするための一日としなければならない。他のことはいずれにしても日日なさざるを得ない故になしているか、あるいはほっておいても好き勝手になしているかである。すでに人生坐り込みの根本態度をとった以上、朝晩の坐禅を日々なさねばならぬ「唯一の事」とする心の用意はできているはずである。しかし一旦の決心だけでは事実続くことはむずかしい。実行しようとする一大決心は不可欠であるが、一時の決心はむしろ容易であり安易ですらある。日々の生活における自己内外の現実に試みられ、ともすればあるいは日常の空転に流されあるいは非日常的な出来事に混乱せしめられつつも、繰返し繰返し決心を新たにして決心の反復努力を相続して行くところに、真にリアルな決心があるのである。われわれは日々新たに、坐禅を今日一日になすべき唯一のこととしなければならない。このような決心の反復と努力の相続とのうちで、主観的な努力を超えてその努力を支えるようなものがしだいに事実になって来る。われわれの心身を薫習した怠惰のもう一つ底の、われわれを生かしめている純なる生命ともいうべきものが坐禅によって徐々に動き出して来て、坐禅をしたいというように心身が実際に動き出すであろう。それと共に、坐禅の時間を許さないような個人生活社会生活のめまぐるしさがかえって疑わしいものとなり、多忙の中にありつつも多忙からの一種の距離が生れ、生活の中からなんとかして坐禅の時間を割き出そう

とするようになるであろう。以上は決心の問題であるが、日々朝晩坐禅を相続して行くという点からしてもう一つ大切なことは、時間の長短にかかわらず、たとえ十五分、あるいは十分であろうととにかく必ず坐禅をするということである。時間の長短にかかわらない禅の本来からいってそうすべきであるのみならず、一旦止むを得ずとして、たとえば朝早く出かけなければならないからといって、あるいは夜、日中の活動で疲れ切ったからといって、坐禅を廃すと不思議に日々かえってますます忙しくなりますます消耗して来るものである。たとえ十分でも坐禅をすることによって一日が坐禅から始まるということが、忙しければ忙しいだけ、気分がすぐれないならば気分がすぐれないだけ、それだけにその一日にとって大切だといえる。就寝前の坐禅に就いても、たとえば夜何かの集りで、あるいは自分勝手に、酒を飲みいささか酔余であっても坐らなければならない。就寝前坐禅をしなければならないから酒を飲まないということができればそれにこしたことはないが、酔ったならばまさにその故にこそ酔った状態の只中で坐らなければならない。あるいはまた、読書に興がのって夜更けてなおもっと読みたいというような場合も、あるところで打切って坐禅に移らなければならない。それは就寝前の坐禅の時間、ひいては翌朝の坐禅の時間を得やすくするという技術的な理由からだけでなく、どんなにしたいことでも——しかもそれがどんなに大切だと思われることでも、場合によっては、今はこれまでとあっさり打切ってそれから離れ得ることがすでに禅の一面の修練だからである。しかし読みふけって思わず時間を過した場合はそれはそれとして、どんなに夜中遅くなっても短時間でも坐禅の後に床に入るようにしなければならぬ。このようにたとえ十分でも朝夕実行することによって、それが二十分になり半時間あるいは一時間になるリアルな土台が日々の自分のあり方として現存することになるのである。たとえば夜眠る前なんとなくだらけたり気力がなくなったりして坐禅をする気にならないとき、ただ形式的に五分だけでも坐ろうということでとにかく坐禅を始めると、坐禅のうちでいわば坐禅が坐禅をして半時間になるということも実際にあることである。

以上、朝夕の坐禅によって一日が坐禅から始まり坐禅に終り、坐禅が一日の「そこからそこへ」になるべきことを述

べた。

(2) さてしかし、もし朝晩わずかに坐禅をしてあとの一日の大部分を禅から離れて過すならば、それは朝晩の坐禅をも逆に無意味な真似事に変えてしまう。朝晩の坐禅は、一日中が坐禅のうちで、坐禅として過されて行くための支点だったのである。しかし一日四六時中実生活の多様な動きに即してしかもそれが坐禅になるというのはどういうことであろうか。まず早朝坐禅から出定し結跏を解いて立ち上る時、坐禅をやめて坐から離れるのではなくて、まさに坐が動き出すという具合でなければならぬ。それは、坐禅が結跏趺坐の定型の坐相を脱していわば自由型坐禅に移ることであり、布団上の静の坐禅から事上の動の坐禅に転進することである。これが古来「動中の工夫」といわれて来たものである。坐相を脱したこの坐禅を事に当って修する場合、本来禅の内では相即一如である二つの契機を仮に分けて、その都度の事の性質に応じていずれか一方を重点にして訓練して行くのが具体的であろう。その両契機を一応、「集中」と「無着」という言葉であらわしておこう。本来の自己は「事において無心、心において無事」であるが、それを、「事において無心」として事に成り切る集中と、「心において無事」として事から離れ切って事に触れられない無着とのいずれか一面を表にして、その都度の事に当って本来の自己を事上に行じて行くわけである。

「集中」。われわれの日中の活動の大部分は事大小となく成し遂げるべき何か具体的な仕事にたずさわっているのであるから、全心身を尽してその都度の事に成り切って行くという仕方で、当面のその仕事で坐禅をするのである。ちょっと葉書を書くという小さな事から始まって、長い努力の必要な困難な大きな仕事に至るまで、雑念にかまけず、脇目をせず、横道にそれず、それぞれことの性質に応じて一気呵成にないしは一を守ってあくまでねばり抜きつつ、全自己を投入してそのことになり切って働いて行く訓練である。どんな小さなことでもそれになり切るには、自己を捨ててかからなければならない。われわれは一枚の葉書を書く間にも、ふと別のことが頭に浮んで来てそのままそれ

からそれへと想念の連鎖につれ出されて迷い出ていることがしばしばである。それは、葉書を書くこと以外に自分が残っているからである。数息観の場合に、紛然たる雑念は起るにまかせ消えるにまかせてとり合わず、ただ数息に全心全気力を集中して行くのと全く同じく、葉書を書く場合には、ふと浮んで来る雑念に第二念をつがず、葉書を書くことに全心身を集中しなければならない。そのような仕方で、葉書を書く時にはまさにその葉書を書くそのことによって雑念を離れて行き、大きくいえば生死を離れて行くことになるのである。これが古人のいい方でいえば、葉書を書く時には「葉書書くべからず、坐禅すべし」ということである。（しかし他方からいえば、葉書を書くことはそれで自分が集中を修練するためではなく、たとえば具体的な用件についての返信であり、あるいは何かの礼状である。そういう意味では葉書を書くことも、根本的には他への愛語の実践である。この方向での問題は第二で取扱いたいと思う。）しなければならないのにいやな仕事などの場合、その仕事のまわりでいつまでもぐずぐずせず、一挙に飛込むのである。また、事がすらすら進まなくなった場合、そのことから離れて迷い出し易いので特に注意を要する。事がすらすら進まなくなった場合も、すらすら進まないそのことから離れずに、むしろそれだけ一層いわば「猛く精彩をつけて」その事に没入するようにしなければならない。そういう場合いわゆる気分転換はしばしばかえって事の不調を固定し、事の順熟をいたずらに遅らせるにすぎない。不調の場合にはまさにその不調の只中にふみとどまる集中から事が進んで行くのである。気分転換は一段落一区切が着いてからのことである。以上は、その都度の事に当って自分を捨てて、そのことになり切って行くという、いわば事三昧である。それによってどんな小さなことでも無限無量、天地を尽すものとなる。一杯の茶を「ああうまいなあ」と自分を忘れて飲むとき、そのままで「一口に吸尽す西江水」（あるいは、太平洋の水を一息にのみほすこと）なのである。そしてそのような仕方で事が行われて行くところに真の自己成就がある。しかしいわゆる成果をあげるというようなことではない。それを自分の成果とするようなを自分を捨ててかかることこそが、事になり切ることだからである。葉書を書く時、自分が葉書を書くというのではな

い。また、葉書を書く自分だけがあるというのでもない。葉書を書く時には、ただ、葉書を書くという事だけがある。そしてその事が、自己を捨てた自分、事に当って自己を残さない自分の成就なのである。

「無着」。事になり切るという集中はすでに、自分を捨ててかかること、雑念を離れることと一つであった。なり切るというのはさらに、その事に集中するために他の事から離れるというだけでなく、集中のうちで集中をも忘れることである。それは、一心にという緊張した集中に対して「無心に」という言葉が表わすように、事と真に一つであると同時にその事をも突抜け離れた「空」、自己をも事をも忘れた空閑のうち、集中の緊張もほどけたその晴朗のうちで事が事を行ってゆくことである。それは、事と一つである事がただちにその事から離れているというあり方である。このように「離」は、なり切るというあり方での集中の前提でもあり極地でもあるが、今度はその「離」ないしは「捨」をそれとして日々の事に当って修練して行くのである。「心において無事」の修練である。われわれは日々、あっさり捨てる、さっと離れる、心に跡を残さない、というようなあり方が要求される大小様々な事に出会う。たとえば、電車で坐っている時、老人が入って来る。その時、分別を入れずにさっと坐を離れて席を譲ること。ちょっとでも分別が動くともうなかなか立てない。俺だって疲れているのだ、それも遊んでいたのじゃない、一日中働いての帰りだ、今晩帰ってもまだ仕事が残っている、だいたい隣の若い元気な学生が立つべきなのだ、近頃の若い者は全く心根がなっていない、なさけない世の中だ、などと心の中で理屈をいいながら結局、そこに立っている老人を立たしめているようななさけない世界のなさけない一要素に自分がなってしまうのである。そういう理屈が出て来る以前に老人に対してほとんど反射的にさっと坐を立って譲り、しかもさっと立つというその「離」の遂行のうちで坐を譲ったという事をも忘れて行くのである。即ち坐を立つ事がそのまま坐を立った事をも忘れて行くことにならなければならない。もしそうでないと俺がかわってやったんだという気持が残り、そうすると、なんだもう少しありがたがってもいいではないかと老人に恩を着せたり、相変らず平気で坐っている学生を睨みおろしたりすることになり勝ちである。

自分が坐を立ってかわりに老人が安楽に坐る、それだけですでに一世界の完了なのであり、その上に何も心に残すべきことはない。しかし実際は坐を立つ事よりも坐を立った事をそのまま忘れることの方が困難かも知れない。席を譲ったということが心に残るようならば、坐を立つと同時にその場——即ち今や自分のかわりに坐っているその老人の前を離れて少し別の所に行って、席を譲ったという前歴の通用しないところでただつり革にぶらさがって立つようにするがいい。しかし、真にさっと坐を立つことができればその「離」の勢のうちでそのまま坐を立ったことも忘れ得るものである。その老人ははじめから坐っていたのであり、自分ははじめから立っていたのである。（しかし他面、老人に席を譲るのは離を自分が修練するためではない。それはあくまで、老人が立っているのを見ていられないという、老人を主にした気持の遂行である。この点は第二で。）あるいはまた。道を歩いているときふと美人が目に入る。「ああきれいな人だなあ」という最初の瞬間は偶然与えられた一種の恩寵に似ている。しかしそれだけですっと消えて行かなければならない。目に入った美人がそのまま抜けて行かなければならない。いわゆる第二念をつがぬことである。美人とすれ違うそのままにすでに美人を透過していなければならぬ。それはいわば恩寵の突破であり、美人もなきにしかずという自由である。そうでないと、美人が目に入ると今度は目と心がそれにくっついて行って、しまいには振返って見ざるを得ないことになる。振返って見るのは、もう一度恩寵をいただきなおそうとする事であり、それはもはや恩寵の事ではなく、自分から求める事、しかも本来与えられていないものを求める事である。その証拠には、振返ると同時にかの美人は背を向けてどんどん離れ去って行くのみである。振返って美人を見るのみならず美人が去るのを見るという手間をかけずに、ほんとうは単純に、「ああきれいな人だなあ」というそのままが心から美人が消えて行く姿なのである。にぎった時にすでに離していなければならぬ。しかしまた思わず振返ったならば、これは一体何ごとであるか、去りつつある美人を振返る自分は何者であるかと、自分を顧み問わなければならない。あるいはまた、人に何か無視されたと感じたような場合、この俺様をなんと思っているのかなどと瞋恚に走らずに、「無我の

法中において実我を計せず」、無視されたその自分をまさにそのまま受取ることによって自分から自分を無と観、そういう仕方で自分を捨てて行くこと。「何を!」という我意を育てずに、無視されたままに自己を無として自己本来の無に還ること。自己の無においてはもともと無視されるということもあり得ぬ。無視されたと思ったことも実はすでに自分が「実我を計し」た過なのである。一体、自己否定ということがよくいわれるが、ただ自分が自分で自分を否定するというのは観念的になる場合が多い。無視されたり、非難されたり、辱められたり、その他何らかの仕方で他から自分が否定されたその否定、リアルに身にこたえるこの他からの否定に対して一念の異議も唱えず、その否定をそのまま受け取ってそれで共に自分を否定して行くのがリアルな自己否定の修練である。そういう事を通した上でないと、「本来、否定さるべき自己というものもない」というようなことをいってみても、ただ言葉にすぎない。以上具体的な例を少しあげたが、その他、先入見や成心を捨てて人に交り事に当る事、どうにもならぬことをくよくよしない事、自分の考えに固執しない事、どうでなければいけないときめてかからない事、その他日々の生活には、色色な次元で様々の仕方で無着を修すべきことが多い。

以上「事上の自由型坐禅」について、事になり切らなければならないとか、さっと離れなければならないといったが、「しなければならない」といってそれで事実できるものではないことはもちろんである。集中も無着もそれが日日事上において事実遂行され得るためには、布団上の定型の坐禅の実行によって集中と無着との禅的な範型が当人の現実のうちでつかまれていなければならない。坐禅とは、自己内外一切から離れることであると同時に数息または公案になり切ることとして、事への自由な出入の範型である。事への出入のリアルな自由が禅であり、それへの修道として一方布団上の坐禅によってその範型をつかみ他方自由型坐禅によって事上に実習練磨するのである。事への自由な出入というと何か特別な空想的なことに聞えるかも知れないが、実はわれわれが日常絶えずそれと知らずに行っていることである。或る仕事に従事しながら——その事に入りながら——同時にふっとその事を忘れて——その事から

出て――他の事を考えたり、また我に返って仕事に帰るという具合に。ただわれわれの平常においては、「事に入る」場合も真に集中できず、「事から出る」場合も真に離れ切ることができない。しかも往々集中すべき時にかえって集中できず事から離れ、離れるべき時にかえって離れられず事にとらわれるという不自由な顚倒である。このようにわれわれが平常不徹底かつ混乱顚倒せる仕方で行っていることを、正しい自由なあり方にひるがえして徹底する転換が坐禅なのである。(しかしまた、事への出入のリアルな自由が禅であるならば、日常の事上において事実集中ないし無着を真に行じ得るならば、定型の坐禅を経なくとも禅に参入し得るはずである。ただ、日常のあり方に行きつまったところから出発したわれわれは、一旦坐禅のうちに死んであらためて坐禅のうちで集中と無着を学びなおさねばならなかったが。)

さてしかし活動の一日といえども実際は瞬時の切目もない事の連続ではなく、事と事との間にさまざまな状態の合間がある。そのような合間には絶えず坐禅――打坐、または少なくとも数息観――に還るように努めなければならない。これは単に事と事との合間が隙間にならないようにするためばかりではなく、初心のうちはあくまで定型の坐禅が原型である故に、その時々に絶えず原型に戻って正修するためである。もっとも日中のことであるからたとえ布団上に打坐する状況が与えられても、坐禅を始めるといろいろ礙げられることが多い。たとえば突然の来客。その時にはさっと坐を立って坐禅の痕跡を残さず――外面にというよりも自分の内心に残さず――客を出迎え応接し、やがて客を送ったならば、今度は客と接した痕跡を残さずにすぐまた坐に還るというようにすべきである。そのようにしてでも坐禅をするというだけではなく、それがすでに坐禅と日常活動との間の自由無礙の訓練になるのである。日中の合間ではしかしもはや打坐し得る状況でないのが普通である。そのような合間には数息観が適当であろう。数息観は元来坐禅の最初歩として修されるものであるが、どこまで進んでも数息観が基礎であると同時に、また数息観はそれ

としてどこまでも深くなり得る。ことに今の場合、数息観の単純さがよく生活の動静多様にして不規則な状態と両立し得る点が大切である。駅への道を歩きながらでも、電車を待つ駅頭のベンチにおいても、満員のバスの中でつり革にぶらさがって揺られながらでも、事務机に向ったままでちょっと仕事を休憩するときでも、一つの仕事から他の仕事に移る間の五分十分の節々においても、数息観を反復修するようにするのである。このようにするならば、気をつけさえすれば一日のうちにはむしろ意外な程数息観の時間が与えられるであろう。ただ実行だけが問題である。そしてこの実行によって、事と事との合間の仮の時間であったものが、時空を絶してただちに本来に接する場となって来る。それはあたかも雲と雲との切目に見える青空に自分がなるごときことである。雲と雲との間のその青空は、もと雲と雲との間にあるのではなく、雲の上に無限に開けていて、雲を超えて雲を包みしかも雲に触れられない。そのように、電車を待つ五分間駅頭で列をなして立っている時、数息観のうちに自己内外を空じてただちにそこに、電車を待つためではなく駅頭ではなく五分間でもない本来が開かれる。事と事との合間が無限に開かれて逆に事と事とを包む空闊になり、忙しく雑多な事を去来せしめながらそれに触れられないいわゆる「大閑(おおひま)」が空(あ)く事といっていい。そあるいは、疾走する電車の中での数息観は、騒音と激動の只だ中から逆にかえってそれを包み鎮静するものが開けることである。

以上のようにして、直接事に当っては事三昧ないし無着放下の実習、事と事との合間を縫っては打坐ないし自由型数息観の反復という二重によって、さまざまな事をなし種々の状態に出入しながら経過する一日が一日即坐禅になって行くのである。

(3) 自己の内外に事が起った場合、即座にその事の渦中に打坐、あるいは数息観を行うべきこと。これは形式的には、(2)で述べた要点に含まれるわけであるが、そこでは一日における平常の事に即しての工夫が主であった。しかし

一日の経過のうちでは多かれ少なかれ心の平静を失うような大小さまざまの非常の事に出会わざるを得ない。「作務動揺中の定力」といわれ、「動中の工夫」といわれたが、身体を動かしあるいは頭を働かして何か具体的な作業にたずさわっているような場合、心身を集中することはまだしも不可能ではない。あるいは心の平静な時にはちょっとした合間にも坐禅をするということも必ずしも困難ではない。われわれにとって最もたちの悪い「動」は心の動揺であり、従って心の動揺の渦中での工夫が緊急大事なのである。これなしには坐禅もいわゆる畳の上の水練になってしまうおそれがある。俺は大丈夫だとあらかじめ思っていても、俺ならああはならないと確信したり自誡したりしていても、実際に事が我が身に起ってみなければ自分がどうなるかわからぬ。その実際の場合の工夫である。何か淋しくなる、いらいらする、腹が立つ、不安だ、困った、どうしていいかわからぬ、何か問題に直面したその現場で、心の平静が乱れていると気がついたその即座に、(もし可能な状態ならば)ただちに坐り込んで時間の長短にかかわらず打坐し、あるいは少なくとも必ず数息観を行う——余裕のない時はたとえ一呼吸、二呼吸でもいい——のである。この即座現場でという機が肝要である。その機をはずすと、あるいは出来事にあわてたままで巻込まれてかえって出来事をますます混乱させ、あるいはますます自分の気分や感情に流されて自分で自分がどうにもならぬことになってしまう。もちろん、腹が立っている時、いらいらしている時、慌てている時、それは坐禅をするような気持の状態ではあり得ないからこそ腹が立ちあるいはいらいらしているわけである。しかし、まさにその故にこそかえってその只中での坐禅が決定的に大切になって来る。坐禅などしていられないからこその坐禅なのである。それは、その都度一種の決断による自己切断といっていい。事にぶつかって衝撃を受けている自己、感情に翻弄され気分に揺らいでいる自己、自分ではどうにもならぬそういう自己から、何はともあれ思い切って一旦さっと離れて(これは根本的な飛躍を意味する)、坐るのである。さっと離れて数息観を行うのである。というより、そこで数息観を行うということが離れることとなのである。そういう場合に坐禅をしたからといって、坐禅から直接に問題の具体的な解決が出て来る

のではない。また坐禅によってただちに心の動揺が収まり、気分や感情が心理的に平静へと解消するのでもない。坐禅はそういう意味での特効法でも技術でもない。自己のあり方の根本にかかわる問題である。ただ、たとえばいらいらいらいらして自分でもどうにもならなくなるのに対して、いらいらの只中であえて坐禅することによって、坐禅の内でいらいらするという転換がおこるのである。即ち心の動揺をもう一つ底から包むものがまさにその坐禅として自分の事実になるということである。心理上のいらいらは消えるにせよ消えないにせよ、そこで坐禅をしているという事実そのものが「いらいらしない」のリアリティなのである。もちろん坐禅はもともと、いらいらしないようになるための坐禅ではない。あくまで本来の自己になるあり方であるが、まさに心の動揺中こそが、本来の自己への実戦的真剣の道場になるのである。いらいらの只中での坐禅は、いらいらの只中での己事究明であり、いらいらする底の人これ何者ぞという問そのものになることである。そしてその問である同じ坐禅が、いらいらしている自己の全体のもう一つ底からの、いらいら「以前」の自己（ないし腹立ち「以前」の自己、不安「以前」の自己、慌て「以前」の自己、云々）の現成なのである。まさにその坐禅＝自己として。このようにして、いらいらしながらもいらいらしないものが、不安であって不安でないものが、困りながらも困らないものが、病んで病まないものが、淋しくて淋しくないものが、自己の自由なリアリティになる端緒が開かれ、そしてそのようなリアリティに触れたあり方で事に当って行くのである。坐禅などしなくても、客観的な事態も主観的な感情もすべて流動的であるから、事態の方でそのうち変化して混乱が収まってやれやれという場合も多いし、また何か気晴らしでもして気分が転換することも多いであろう。しかしそれは当人の自由な主体性にはならない。心の動揺中に坐禅することは、自己の本来に還ることと直接に結びついている。それは動揺「以前」から動揺を包むようなものが自分になること、父母未生以前が今坐禅をしているその自分になることだといっていい。出来事に足もとをすくわれてしまわないもの、感情に流されてしまわないもの、気分に支配されてしまわないもの、心理のメカニズムに縛られてしまわないもの、それが動揺の只中に

おける坐禅＝自己である。これはやがて、「火に入って焼けず、水に入って溺れず」といわれるあのあり方に徹底直通して行くであろう。「平常無事」とは、何も事が起らないということではなく、いらいらしながらいらいらしないもの、溺れながら溺れないものが自己の事実になることによって、事を「無事にし去る」ことである。（そしてこの「無事にし去る」主体の自由は逆に水火を辞さない働ともなる。）こういう意味で「一日」は、あらゆる大小非日常的な事が突発する場として、まさに「平常底」の道場である。

ところで以上の心の動揺の即座当処におけるいわば非常坐禅は、どんなに困難に見えても、朝晩坐禅及び一日中の随時坐禅を実行している人にとっては、本質的には普段平常の坐禅と異なるものではない。たとえ普通の意味で心が平静な時であっても、坐禅をして三昧に入ろうとすれば、かえって心中あらゆる想念や感情が紛然勃々と湧き出て来るものである。坐禅中に心中に出没起伏する想念や感情の動揺は、上でのべたような一日のうちに出会ういろいろな出来事によって触発される心の経験的な動揺より軽いものではなく、むしろかえってその原型ともいうべきである。心とは、実は常に動揺しているものである。ただ普段は自己内外がさわがしくあわただしいために気がつかれないが。一旦跏趺して数息観でも始めると、雑念紛然として百鬼夜行しまことに意馬心猿の状態を現出する。坐禅とは、そういう雑念の只中で、一切雑念にとりあわず全気力を尽して数息ないし公案になり切るということであるから、普段の坐禅を実行しさえすれば、それがそのまま以上のべた非常坐禅へのリアルな訓練になっているであろう。

以上は、朝晩坐禅、一日中随時坐禅、非常坐禅によって、坐禅が、「一日」及び一日のうちで出会いあるいはなすあらゆる事の「そこからそこへ」とならなければならないということを述べた。それは、われわれが家庭生活職業生活をしながら具体雑多な一日の実生活を貫いてなんとか一日即坐禅を実行相続して行くことであるが、実生活をしながらという困難さの故に事上の体究練磨ともなり得ると共に、しかしまた、徹底的に実行し得ないままに禅から見て

まことになまぬるい曖昧なことにもなり勝ちである。今まで述べて来たところもすでにそのなまぬるさがあらわれているであろう。日常において実行し易いという点に重点を置いての方法であった。大体以上のように縷々のべるということ自体がすでにまことになまぬるい。禅の気勢からは「坐って死んで来い」と一言ですむことなのである。一日即坐禅といっても以上のような方法ではやはり一日を過すことが事実主になって禅は従になり勝ちである。そこで、できれば時々に専門道場の大接心に参加して雲水さんたちの、禅を事実上主にしたあり方に参加することが望ましい。それはわれわれ在家の者にとっては、生活を放棄して禅に集中する一種の小規模な出家を意味する。われわれは時にはあらゆる都合や事情にもかかわらず、日々の生活の実際を放擲して禅だけの一日をもち得なければならない。禅だけの一日を何日か続け得なければならない（専門道場での禅生活については別項参照）。そういうようにして専門道場の大接心に参加することは、それ自体が禅を主にした一日即坐禅の実行であると同時に、またわれわれが通常の日常生活に還って具体的な実生活に即して一日即坐禅を実行する場合の「原型」ともなるのである。このような小規模な「出家と還俗」との繰返しのうちで、原型の習得と実生活での具体的実習とに交互に徹することによって一日即坐禅が体現されて行くであろう。

付記

I　以上、「日常から禅へ」において「坐禅」を範型として工夫して来た。しかし禅にはその修道として坐禅と並んで参禅がある。「参禅」とは形の上では、課せられた公案の見解を師家に呈して、即ち自ら答となって一言半句一挙手一投足のうちに全存在を丸出しにしつつ、師家の面前に挺身して点検を受けることをいう。いわゆる禅問答の修道的変形と見ていい。坐禅と参禅とは禅修道の双翼ともいうべきものである。静にして黙なる坐禅は自なく他なき真空の場であり、動と語における参禅は「人と人」という妙用の場である。従って禅の立場での日

常工夫は、参禅と日常との関係を問題にしなければ充分でないわけであるが、坐禅との関係におとらぬこの重要な問題はここでは割愛せざるを得ない。

Ⅲ　なおまた、以上は「禅へ」という方向において「坐禅」を修練し、また「坐禅」を範型にして日常において実習し日常を訓練するということであったが、禅には修練や訓練や実習あるいは用心や工夫ではとどかぬところがある。禅でしばしば発動される「喝！」にしても、号令訓練のごとくに訓練して会得し得るものではない。「喝！」といってみたところで、訓練にもならない。趙州は草履を頭上にいただいてすうーと部屋を出て行った。倶胝は何を問われても指一本立てるきりであった。こういう禅の本分丸出しの端的な働きは、それを体得するためのいかなる方法的アプローチも許さない。それはただ、坐禅の徹底において(かじ)地一声、坐禅がもう一つ破れたところからおのずから火花のごとくあるいは風のごとくに発動する無作の妙用である。われわれが日々の精進において努力すべきは、また努力し得るところは、一日即坐禅の徹底（および公案工夫、参禅への挺身）である。あるいは天地をくだき、あるいは仏像を焼いて暖をとり、あるいは呵々大笑して去るというごときことがないというのではない。ただ、そういう働きは、発して来るならばおのずから機に当って発して来るものであって、努力の対象ではない。このようなものを修練の目標にするといわゆる野狐禅になってしまうのである。

二

(1)　日常工夫の第一は、いかにして日常一日のうちで坐禅をし、それによって坐禅のうちで且つ坐禅として一日をすごすかということであった。そのような仕方で日々が垂直に「禅へ」の向上の方向をもったかぎりない精進の日々となるのであった。この「日常から禅へ」の方向に対していわばそれが折返えされた「禅から日常へ」の方向が今度の問題である。さきにあげた例でもう一度問題の所在を解説してみると、一枚の葉書を書くにもその事に当って

「それになり切る」というのが第一の方向での修練であった。しかし葉書を書くという具体的な出来事は、「集中」を修練するために起きた事ではない。それは、たとえば友に対して特定の用件に対する返事を書くためであり、友が返事を待っているが故である。日常実生活の具体はこのような特定の「のために」「の故に」から成り立っているのである。それに対して、集中ないし無着を導く禅はその端的において「何故なし」と言う。日常の具体的な出来事を、集中を修練する事上の道場とするという方向だけでは、特定の「のために」が「何故なし」へと昇華解消されるだけになり、出来事の具体性そのものはそれとして積極性をもち得なくなる。葉書を書く時には、それになり切るところにだけ意義があって、葉書を書くこと自体には固有の意義がないことになる。それではわれわれが終日労苦する日々の実生活はそれとしては空虚のうちに置きざりにされてしまい、結局は空虚の上で禅をしていることになる。ここに、禅の立場で日常実生活の具体をその具体性のままに肯定的に建立して行くという問題が出て来るのである。同じく事に即していても、第一の方向での事上の坐禅ないし動中の工夫とは問題がちがう。第一の方向が、事に当ってそれを坐禅にして行くという日常の向上的「禅」化であったとすれば、今度は事に当ってその事をその事として行いそれが禅の具体化であるという禅の向下的「実生活」化である。しかしこのことはもう少し問題を具体的に見てみなければならない。

以上のような意味での「禅から日常へ」という肯定の発端はすでに禅の本分のうちにある。「何故なし」がただちに翻転して端的な「一挙手一投足」「著衣喫飯」となるという、無窮の否定と端的な肯定との一如が禅の本分であった（第一巻拙論参照）。しかしそれはあくまで発端であって、禅の本分からそのまま日常具体が展開し得るのではない。あるいは、禅の本分は本分のままでは日常具体の具体性をつつむことはできない。われわれの日常はそのような端的な一挙手一投足、火花のごとき単純無限な、あるいは風のごとき目に見えない働きから成り立っているのではないからである。日常実生活の世界は「即」の世界ではない。禅では一如をなしている「絶対無」と「一挙手一投足」

とがいわばひきのばされてその「間」に種々の次元が設置されていてそれらの次元での出来事や行為の複合が日常の具体をなすのである。しかもその諸次元はそれぞれもともと禅の本分から成立したのではなく、一応自律的な領域であり、それぞれ固有の法によって自治を行っている。寒ければ暖炉を入れなければならない（技術的実用）、約束だから三時に出かけなければならない（道徳）という具合に。これらの諸次元――本能的、習慣的、実用的、技術的、慣習的、法的、道徳的、宗教的等々――を、それぞれの特殊な具体性を生かしながら禅がどのように包み貫き得るかということが、禅即日常のリアリティ成立の原理的な問題になって来るのである。もしそういうことができなければ、結局は禅と日常の生活とが別々になってしまい、しかも日常の生活を経験的に離れ得ぬままに、たとえば扇風機をかけてあたりながら「熱時には闍黎（じゃり）を熱殺す」（暑い時には暑いだけだ、暑さになり切れば暑くないのだ）と禅の本分を説くようなおかしなことになってしまう。扇風機をかけてはいけないというのではない。「暑さになり切る」という本分と、暑いから扇風機をかけるという実用とのつながりを禅のうちから積極的に打建てることができるかどうかという問題である。あるいは、「飢来れば便ち食す」といわれる時、その「便ち」は禅の本分の端的な現成であるが、そして、その端的に相即する無窮の否定を出せば「終日飯を喫していまだかつて一粒の米を咬著せず」（食べて食べない）であるが、しかし他人の手間と労働と心づくしをかけ肉や野菜の生命を頂戴する「食事」に対して、本分の「便ち」や「食せず」だけで具体的に――すなわち、その具体を共に建立するような仕方で――相応することができるかどうかという問題である。理からいうと本分と日常具体は別ではない。しかしその別でないところが本分から見られる――この方向では日常の具体が透明にされる――のみならず、今度は逆に日常としての日常が見られそこへと禅が脱体展開して行けるかどうかという問題なのである。もちろん日常のいかなる具体からもすっと本分に飛還し得なければ禅ではない。どんなに労がこめられていようと「便ち食す」であり、どんなに御馳走をいただいても「一粒も喫せず」でなければならない。暑いから扇風機をかけながら「暑くも涼しくもない」でなければならない。あるいは扇

風機の風も天然の風颯颯でなければならぬ。しかし繰返していえば、これだけでは日常の具体的な手間や労や配慮を無効にする方向だけになり、それではかえって担板漢（たんばんかん）的な禅が日常から離れ浮いたものになってしまうであろう。「本来東西なし、いずれの処にか南北を求めん」でありつつ、その禅が、所用の故にはきちんと東に向って歩み得るのでなければならない。「壺中日月長し」でありつつ、その禅が、約束の三時には出かけなければならぬ故に出かけ得なければならぬ。これは、「色即是空」に対して「空即是色」の方向であり、しかも「色即色」としての「色」にまで「空」が自らを空じて具体化し得るかという問題といってもいい。そしてその際の問題の特殊性は日常具体の多次元性、多面性にある。たとえば「食べて食べない、食べないで食べる」と禅的にいわれる時、前者の「食べて食べない」（色即是空）の方向では単純な一直線の徹底が要求されるが、後者の「食べないで食べる」（空即是色）の方向では――その発端はあくまで「便ち食す」という端的ではあるが――「食事」という出来事に含まれている複合的な諸次元や諸領域にそれぞれ適切な仕方で相応し得なければならない。食料を買うという経済的問題もある。料理という技術的問題もある。買物をしたり料理したりする労を他人にかけるという、あるいは飢えても充分食べられない人が居るのに、自分はこうして御馳走になっているという道義的問題もある。行儀の問題もある。その他見ようによっては「食事」一つとってもほとんど無限といってよいほどの問題の複合である。禅が「食べないで食べる」時、「食べる」というあり方のうちでそういう諸問題にどう応答するかという問題なのである。「ああ、うまいなあ」という時、以上のような複雑がすべてとり払われた端的になっていなければならないが、しかしとり払われたところをそれだけ切り離して求め、あるいは振廻わすといわゆる禅病になる。以上、「禅から日常へ」という方向がどのような問題であるかを見た。

(2)　「禅から日常へ」において以上の問題に応じ得るためには、禅は禅を離れてあらためて日常の具体において日

常の具体から日常の具体を学びなおさなければならない。学びつづけなければならない。(マイスター・エックハルトが、神との合一の上ではじめて、その合一を去って人生という学校――Die Schule des Lebens――に入りなおして現実の差別相に即した心身の訓練をしなければならないと説いた立場がこれに親近である。)と同時に、そのようにして学んだものを、禅が禅のうちから自発的に展開したものと化し得なければならない。その際、禅の本分から見るといわゆる禅的ではない日常具体の領域をその具体のままに禅が包み得るためには、禅の方が禅ならざる禅となって日常へと和光同塵、灰頭土面できなければならないのである。もちろん禅の本分の端的は一切を統一する要ではあるが、要が要のままでは――いわば扇が閉じられたままでは、日常具体を打破する竹篦にはなり得ても、統一さるべき具体を具体性において包むことはできぬ。具体をその具体性において復活せしめつつ禅ならざる禅とすることはできない。扇は開かれてはじめてそこにものを包む場が開かれるのである。開かれた扇面には要における端的緊密な統一は失われているが、その故にこそ場が開けたのであり、しかもその場が要から開かれたことによって、その場に「要から要へ」という動性が与えられる。そのように本分の端的な「即」を禅が自ら開いて――他方しかし本来開くも開かないもない「即」はそのまままあくまで「即」でありながら――、本分から見るとすでに一挙に超えてしまい消去してしまったはずの諸次元にそれぞれぴたりと重なりながら、それぞれの次元での原理に逆変身することができなければならない。たとえば、あえて道徳の世界に逆転入して道徳法則に重なりながら道徳法則を導いて、それに「禅から禅へ」という方向を与える原理――これが「戒」――になるのである。本来は「ねばならぬ」というようなことはないのであるが、それぞれの次元での「ねばならぬ」を展開できるということである。このような仕方で、それぞれの次元ないし領域に入り込んでそれぞれの世界をその固有の法と一緒になって具体的に建立しながら、同時にその具体に「禅から禅へ」という方向を与え得るのである。「禅即禅」の「即」が開かれて「禅から禅へ」となり、その「禅から禅へ」の「間」が包むそれぞれの具体に「禅から禅へ」という方向を与え、それを禅の具体となすのである。

そして禅の本分の自由は、このような仕方で諸次元の間を上下し得る自由となる。「無元論的多次元論」とでもいい得る立場である。

そのような原理として、さし当って「願」、「戒」、「規矩」の三重を考えてみたい。(さし当ってといったのは、この問題の解決は容易ではないが、一応伝統的な仏教の実践体系の枠内でこの三者は上来とりあげて来た問題に応じ得るものを持っていると思われるので、この問題を考えるモデルとして。どのような次元ないし領域で禅がどのような原理に自らを非禅化するかということは禅への絶えざる課題となる。）この三者は、少なくとも三重の次元——即ち「宗教的」、「倫理的・道徳的」、「慣習・実用・技術」——を、宗教以前ともいうべき禅の端的から発動して来る動が貫き通しながら、それぞれの次元で灰頭土面的にそれぞれの次元での動の原理になったものと見ることができる。この方向での根源的出来事は、禅が「願」になるということである。「願」の中心は「衆生無辺誓願度」でありこの一願ですべての願は尽くされる。「絶対無」が「他のための」大悲になるのである。「何故なし」という本分の端的が、あらゆる具体のそれぞれ特定の「のために」の系列に応じてその究極目的として現じたのである。それが「諸の衆生を度せんが為」である。「願」は、一切の活動をその根底から動かす根本の動力因であると共に、一つ一つの具体的活動においてそれを導くものとして自覚された究極の目的因である。そういうものとしての「願」は、禅の本分より一段次元を降りたものと考えられてはならない。禅が日常具体の世界に展開する場合の次元的な構成の最頂点である「願」と、そもそも一切の次元的構成が払拭された本分とは充全に置換され得る。「何故なし」と「究極目的」絶対の等量である。従って「願」の方から見ると、われわれが第一で禅への方向で工夫したことも実は願成就のための修行であったといえる。この「願」を頂点として「戒」「規矩」と次元を降りながらピラミッド形の構成をなしつつ日常具体の世界をつつんで行くのである。もちろん、願、戒、規矩、そのどの次元からでもただちに禅の本分への飛躍還帰が自由になされ得るのでなければ禅にならないことは他面繰返し強調されねばならないが。本分からいえば、「衆

生無辺誓願度」の「願」に対して禅は、「三界の衆生いずくにかある」と反問するであろう。「戒」については、たとえば、「如何なるか是れ、戒定慧」に対して「我が這裡に閑家具なし」（戒定慧などという仏教体系を組立てるがらくたは清浄なる本分にはない）という問答がある。規矩に対しては「大用現前、規矩を存せず」、臨済と一緒におときに招かれた普化は、食膳を蹴倒した。しかし今の問題は本分の逆推進力である。道徳の次元を破り超え得る自由から自由に――単に道徳的にではなく――道徳の世界を建立し、世間のしきたりを破り得る自由から自由に――単に世間的にではなく――世間のしきたりに従い、実用を離れた自由から自由に――単に実用的にではなく――実用を量るところに、日常の具体が、禅の具体として実生活されて行くのである。（実は、専門道場における禅生活の全幅は、以上問題にして来た面を含んでいる。即ち、禅堂における坐禅及び入室参禅という、禅の本分と直接する場面の他に人間生活を成立たしめている衣食住の基本的な契機が日々の行事として、組込まれていて、しかもそれぞれの場面がすべて具体的なその都度の行為の内実に即しつつ、「願」や「戒」や「規矩」によって内的に規制されつつ「禅から禅へ」という方向をもっている。）

なお以上向上向下の両方向について、何時から向下に転ずるのかという疑問が出されるかも知れない。向上を徹底した後に向下に転ずると考えられるかも知れない。三十年四十年五十年の生涯を巨視的に通してみると、向上が主になった時期と向下が主になった時期とがある程度分けられるかも知れない。しかし事柄の上では両方向はあくまで相即的であり、しかも在家として日常実生活をしながらの禅である場合は、日々がこの「相即」そのものを修練する日日であらざるを得ない。時間的な意味での悟後の向下の行ではなく、一方どこまでも「日常から禅へ」の方向を向上に追究すると同時に、他方逆方向に「禅から日常へ」と向下にあくまではげむのである。後者の方向だけでいえば、悟りもひらけぬ往相の不徹底のまま還相にとって返すことになるが、それは、悟りを求むることをもすでに捨てたあり方――「己れ未だ度らざる前に一切衆生を度さんと発願し営む」あり方の修練になるのである。日々は、この両方

向への同時相即的な、しかもかぎりない精進なのである。この両方向の相即をリアルに支えるものは、両方向への自由である「人」である。葉書を書く底の人は「葉書を書かない」として無窮に向上に透脱して行くと同時に、葉書を書く底の人はここでこうして心身を動かして葉書を書いているまさにその当人であり、葉書を書くという具体事に復合されているいろいろな問題を配慮しつつ向下に「他のため」を営んで行くのである。（ただ、本来は自由な相即であるが、一日のいろいろな具体的なことを一つ一つとってみると、それが向上を修する方向にか向下を修する方向にか事の性質に応じてそれぞれ傾斜を持って来ることもある。）このように同時相即的に、一方「日常から禅へ」は一直線に無停留に徹底して行くことを修練し、他方「禅から日常へ」は、日常具体を成り立たしめている諸次元に応じて一段一段と段々を昇降しながら、その都度の具体を営々綿密に建立して行くことを修練するのである。

以下、「願」によって動かされ、「戒」によって護られ導かれ、「規矩」によって磨ぎすまされて、禅ならざる禅として成立して行く一日の具体を、「一日」の経過と内実に従ってみて行きたい。

(3)　坐禅から一日を一日としてすごして行く場合、そしてそれによって禅がその本分を和光同塵して一日の実生活になって行く場合、その具体的な発端は、早朝坐禅からの「出定」にある。（従って出定は二重の意義を――向上、向下の二方向に応じて――もつことになる。一つはさきに一の(2)で見たように、「坐禅から」立って日常の事上に坐相を脱した坐禅を修練して行く向上の出発点であった。今度は「坐禅から」離れて一日の実生活を始める向下の出発点となる。）出定につづいて、一日の生活へと立上るその前に四弘誓願（「衆生無辺誓願度……」）を唱える。それは、「坐禅」が「願」に変ること、即ち一日の活動を貫き導く根本的な動、あるいは動の原理（動力因にして目的因）に変ることである。出定して「願」を唱えるそのことが、静から動への、しかも動としての動への原動である。坐禅において深く静まれば静まるほどその底から純粋に動き出して来るものがあるといわれるが、その動き出すものが「願」

という形で自覚的に集約されて原動するのである。「願」は単に意志的決断ではない。決断せしむる大もとの力が自覚的決断を通してポテンツを高めたもの、「せずにはおかない」と同時に「そうせずにはおられない」という形で全心身を動かし、あらゆる活動をその根底から動かして行くものである。「衆生無辺誓願度」。実はすでに坐禅も自分のための坐禅ではない。坐禅のために朝三十分の時間を得たとしても、自分としては非常な努力をしてその時間を得たとしても、もしその事が自分の功績と考えられその三十分が自分の修養のためという意識で用いられるならば、一切は顚倒にすぎない。本来そういう意識を捨てた坐禅でなければならず、しかし他方自他なきところから一旦自他相対の意識が甦えるや、あくまで他を主にした意識でなければならない。すでに、朝三十分こうして坐り得ている余裕は努力して得たにせよ、それは努力すれば与えられる余裕である。こうして坐禅ができる――坐禅することが許されるというのはありがたいことなのである。この坐禅は私すべきものではなく、今私がこうして坐禅をしている時間にもすでに働きに行くために電車に揺られている人、昨日の労働に疲れ切ってまだ寝ている人、病の床で起きられない人、そういう人たちにかわっての坐禅である。むしろ、私にかわってすでに働きに出ているその人にかわっての坐禅、私にかわって病の床にあるその人にかわっての坐禅である。坐禅における自他を忘じたところをそのまま出すならば、「三界なく衆生なし」であるが、同時に、一旦自他相対に甦ったならば「三界の衆生をいかにせん」という坐禅でなければならぬ。他のための坐禅でなければならぬ。自分の修行ということが一応考えられたとしても、それはあくまで他のためになり得るような人間になるためである。一旦自他相対の意識が生じたならば、さし当っては意識的にでも努力してそう考えなければならない。しかし、当人が事実坐禅を徹底して行くならば、坐禅の底から純粋に動き出して来るものによってそれは単なる当為の意識ではなく深い自覚となり、逆に自覚を通してその動き出して来るものがポテンツを高めて発動するのである。それが「衆生無辺誓願度」なのである。ところで衆生とは誰か。衆生が具体的にはっきりつかまれていないと「衆生無辺誓願度」も空念仏になる。無辺の衆生は遠くにいるのではない。衆生と

はたとえば父母である。父母とは縁あって父母となった衆生である。衆生とは妻である。妻とは縁あって妻となった衆生である。同じく、衆生とは子供である。衆生とは友人である。衆生とは同僚である。衆生とは電車で乗合わした未知の人である。衆生とは道端ですれ違った犬である。衆生とは部屋に忍び込んで来た蜘蛛である。「衆生無辺誓願度。」

今や、日常何をするにも、結局何のためかがはっきりして来たのである。たとえば、生きるために食うのであって、食うために生きるのではないといわれながら、何のために生きるのかはっきりしないままに、ただ食うために生きている結果になるのがわれわれの出発点としての日常であった（序参照）。今や、「食」も「諸の衆生を度せんが為」（三匙之偈）である。（「便ち食す」という端的が開かれ、(2)でみたように願、戒、規矩の諸次元を通して「食事」が行じられて行く。）食事五観に曰く、「一つには功の多少を計り彼の来処を量る。二つには己れが徳行の全か闕かを忖って供に応ず」。即ちここでは食を前にしてしばし心を留めて、自分の前に食が供されるに至る自然および人為の労を思い、果して自分にその労に酬い得るだけのものがあるかどうか、酬い得るだけのことをしたかどうか、いかにして酬ゆるかを自省するのである。牛肉はもともと食料品ではない。牛という生命である。脳天に鉄棒を打ち込まれて屠殺される牛の悶絶をわれわれが食卓で聞かないのは虚構にすぎない。鮭の一切れも、北洋漁船の遭難とその家族の悲痛なしには目の前の皿にのっていないのである。穀物の実りには天地ほとんど全自然の恵みがこめられている。「いただきます」というのはただ食物をいただくのではない。「食」としてここに供されて来る生命の犠牲と自然の営みと人間の労との全過程と全重量とを頂戴する事である。これに酬ゆるとはどういうことか。「食事」はさし当っては自分の「形枯を療せんが為」（身体を養う）であるがそれはさらに「道業を成ぜんが為」であり、そしてそれは「諸の衆生を度せんが為」（三匙之偈）である。さしみを食う。魚の死が私の生である。私の生は魚を成仏せしめ得なければならぬ。それは私が「他のため」に生きるということである。「諸の衆生を度せんが為」に生きるということである。

しかし「他のため」とは具体的にどういうことであろうか。「衆生を度する」とは一体どういうことであるか。果してわれわれは「他のため」にほんとうに尽くし得るのであろうか。「自分のために」がすべてを冒してしまうのではないだろうか。人間のいわゆる「有限性」がすべてを徒労にしてしまうのではないだろうか。「衆生無辺誓願度」はこれらにどう答えるであろうか。

「願」について問題をなお残しながら、また「戒」および「規矩」並びにこの方向での日常実生活の具体的工夫には触れることができないまま、ここで一応稿を閉じ、それらの問題は次の機会に譲りたいと思う。ただ、例として「食」の事をしばしばとりあげて来たので最後に碧巌第七十四則からの引用をもって、日常工夫の問題を一つの大きな「問」に還えして終りたいと思う。

金牛和尚、斎時に至る毎に、自ら飯桶を将て、僧堂前に於て舞を作して、呵呵大笑して云く、菩薩子喫飯来と。此の如くする者二十年。且く道へ、他の意什麼の処にか在る。

作務・托鉢

平田高士

作務

紀元一世紀の頃にインドから入って来た仏教は、同時に中国にインドの禅定思想を持ち込んで来た。しかしてその禅定思想はまた、既存の中国神仙思想と結びついて容易に中国に土着化されたといわれている。しかしながら、瞑想

的哲学的であるインド人の民族性とは対照的に実際的行動的である中国人の民族性は、インド直輸入の仏教や禅定思想を決してそのままにしてはおかなかったのである。そこに新しい中国独自の中国仏教という、従来のインド直輸入の仏教とは対立的な新しい自由な立場での仏教思想が興起したようである。忠実に梵文原典を梵語の知識に基づいて仏教教理を翻訳判釈しようとする玄奘などの訳経僧の一派に対して、自らの「自覚」、「悟り」を中心に自由に仏教経論を解釈しようとする思想が中国に起ったのである。それはたとえば玄奘と同時代の人「慧浄」の般若心経註釈を見る時、われわれは意識的に訳経僧玄奘に対立せんとする「慧浄」を見出だすことができる。しかしてこの中国仏教徒の独立自主性はその後そのままに受け継がれてゆく。ことに達磨を祖とするいわゆる「祖師禅」の系統に最も強くその傾向が表われてくる。

唐代以後、その傾向は著しく表われ、それはまたかえって極端に教相判釈を侮蔑排斥して、毫(すこし)も顧りみない宗風ともつながってくるのである。しかしながら、初祖達磨の頃にはまだそのような思想は祖師禅の中には出てこない。その頃には、まだインド的な「凝住壁観」の思想がそのままに充分に見られるのである。それが達磨より四代後の道信大医（五八〇—六五一）の時になって、始めて「行住坐臥」という言葉が出てくる、禅定に対する考え方が変ってきたといってもよい。禅定は何も兀々(ごつごつ)として黙坐するところにのみ存在しない。歩くも坐るも、立つも臥すも、そこのところに仏性の発現を見るべきであるとする思想が起ってくるのである。それはあたかも慧浄が訳経僧玄奘などの紹介するインド直輸入の仏教に対する自由な中国仏教を対立させたるごとくに、インドの習定思想に対してあらゆる人間の起居動作の中に禅定的実習を見ようとするものであった。それは中国独自の、インドにはかつて存在しなかったところの思想である。このような考え方は、やがて「禅院別立」というさらに具体的な考え方へと禅教団を発展せしめた。従来は律寺に律僧たちと共に修行していた禅者たちが、今度は人間のあらゆる生活を厳格に規制するインド小乗律を離れて、別に禅院を立てて独自の自由な修行をしようという運動であった。それはまた生活上の実際的理由から

くることでもあった。当時道信大医の頃から多くの弟子どもが輻輳し、禅教団は大きく膨れあがったようである。後人は呼んで「黄梅七百の高僧」と称したごとくに、多く天下の士人が禅林に生活をするようになって来た。そのためには、もはや従来の托鉢行乞のみで多人数の集団を養うことができなくなったのである。自らそこには自給自足の体制が取られるようになってくる。このような僧集団には不適当となって来たのである。このような生活上の必要性と、もはや消極生活を強いるインドの小乗律は、このような立場でものを考える中国仏教思想とが相俟って、ここに中国祖師禅宗史上に画期的な世界が展かれてきた。集団生活としての禅林には一定の団体内の約束がなければならない。ここに百丈懐海（八一四年歿）の時に、初めて百丈清規なる禅林の規定が創設されたのである。しかしながら、その清規の根本精神は上述のごとくにきわめて自主自由的なものであった。

その古清規にある楊億の序文を見ると「或るひと曰く瑜伽論・瓔珞経は是れ大乗律なり。胡んぞ依って随わざる哉と。師（百丈）曰く。吾が宗とする所は大小乗に局るに非ず。大小乗に異るに非ず。当に博約折中して制範を設けて其の宜しきを務むべし云々」とある。これによって見るといかに百丈の古清規が従来の大乗小乗によらなかったかが窺れるのである。しかしてインド以来沙門に禁ぜられていた種々の生産行為が初めて許された訳である。禅僧たちは一定の規則に従って、それぞれ生産や普請建築に従事しながら法道を求めるきわめて自由な生活に入り得たのである。百丈広録を見ると「師（百丈）凡そ作務して労を執れば必ず衆に先んず。衆皆忍びず。蚤に作具を収めて之を息めんことを請う。師云わく。吾に徳無し。争か合に人を労すべき。師既に徧く作具を求めて獲ず。而して亦食を忘ず。故に一日作さざれば一日食らわずの言有り。寰宇に流播す云々」とあるごとくに、師匠自ら弟子に先んじて作務労働しながら弟子たちを導いたのである。この故事より有名な「一日作さざれば一日食らわず」の言句が世に流行するようになるのである。そこでは僧たち自らが菜園を作り、飯を炊き家を普請しながら修行に励んだのである。従来沙門に禁ぜられていた諸事業に自由に従事することが許されるようになった。むしろそういう諸事労役をしなかったならば

生きるべからずというごとくに、まるで従来の仏教僧侶の考え方とは百八十度の転換をしてしまったのである。しかして律に代えるに清規を以ってその日常生活を律したのである。後世儒者たちが禅門に「礼儀三千、威儀八百」を具備するといって感嘆したのも実にこの禅門の清規であったわけである。しかしてまたこの清規が具体的に作務労働を禅僧に義務づけて行った。この頃から禅仏法の修行と作務労働とは切っても切れぬ関係に入るわけである。

このような歴史的背景の下に禅林の作務が起って来た。しかして唐代以後しきりに禅者は作務中にあって問答商量するようになる。また作務中に機縁を得て大悟するという事蹟は、多く『伝燈録』中に見るところである。禅宗史上、達磨とならび称せられる六祖慧能も、弘忍の会下にあって盧行者と称して米搗きをしていたことは周知のことである。潙仰宗の始祖である潙山仰山の行履を『伝燈録』中に見てみよう。「一日潙山に随って田を開く。師（仰山）問うて曰く、遮頭は恁麼に低きを得、那頭は恁麼に高きを得る。祐曰く、水能く物を平にす。但だ水を以って平にせん。師曰く、水も也た無し。和尚但だ高処は高平に低処は低平なるに憑らん。祐（潙山）之を然りとす。」これは一見開墾しようとする田地の話のようでありながら、そこに仏法上の話がチャンとできているのである。もう一例を挙げてみよう。「祐（潙山）忽ち師に問う、什麽の処より去り来る。師（仰山）曰く、田中より来る。祐曰く、田中多少の人ぞ。師鍬を挿んで立つ。祐曰く、今日南山大いに人有って茅を刈る在り。師鍬を挙して去る云々。」これは明らかに百姓仕事をしていた時の問答商量である。

また「牧牛の時云々」という問答も出てくる。茶摘みの時の商量も出る等々、種々の作務労働に従事しながら問法求道した事蹟は挙げればきりがないであろう。香厳知閑が庭作務の次いで小石が竹を撃って機縁に契ったことはまた有名な話である。

現在なおかつ日本の禅寺では一作務、二坐禅、三看経ということがよく言われる。禅僧たるためにはまず作務労働を厭ってはならないということが小僧時代から教育される。作務の種類には現在では園頭作務、山作務、庭作務などであり、よく作務服に着替えた雲水修行者の姿を人は禅寺で見かけるであろう。静かに坐禅するよりも、経典祖録を読むよりも、禅では作務労働が第一であるとまでいって「人間の働く姿」を教えている。よく僧堂で「昼寝をしている暇があったら衲僧は庭に出て仕事をしろ。することがなかったら右の瓦石を左に移していろ」と誡めることがある。

これは中国の現実が禅僧に教えた思想であると共に、また徹底「昏沈」を嫌う日本臨済禅の特色でもある。従って禅僧の手足は労働で鍛えた働くものの手足である。このような作務思想は上述のごとくに中国唐代に入って完成されたのである。その根底はあくまで黙坐による暗昏々の世界を排斥することにあった。「坐禅と中国禅宗の関係」は、ことに馬祖以降の洪州宗と呼ばれる禅との関係はきわめて微妙であった。摩訶止観を説く天台系の坐禅観方を常に取り入れてはこれを排斥するといった歴史を洪州宗はくり返している。それは一に「了々常知の仏性顕現」にその中心点があったようである。それがまた作務思想となって日常生活に具体化されて来たのである。それはまた東洋の文化圏に東洋一流のホモ・ファーベル思想を作り上げていった。あたかも西洋でギリシャ的観想が作り上げた「ホモ・サピエンス」思想が漸次近代の「ホモ・ファーベル」思想へと変っていったごとくに、インド的観想によるホモ・サピエンス思想が、中国禅宗の「作務思想」によってホモ・ファーベル思想へと移って行った。禅独自の工作文化が生れたのである。それは豊かな絢爛たる素材を使っての工作ではない。質素ではあるがきわめて実用的な便利な、工作文化を生み出していったのである。しかしてそういう工作文化がまた日本に入って来て、物質の乏しい島国文化に適合するに至ったのである。それは日本では絵画、彫刻、建築、造園から料理にまで及んで特殊の文化を発展させていった。今日禅文化と称して貴重がられるのは、実にこの禅的工作思想から成っているものである。もちろんこの工作文化が単なる技術や実用をのみ目的としたり、単なる趣味に堕した時にはいうまでもなくそれは禅文化の堕落といわね

ばならない。それは上述のごとくに百丈の作務精神に由来しているものである。百丈の作務精神はその古清規にも見るごとく、あくまでインド直輸入の大乗小乗の仏教思想にかかわらず、自由な独自の立場で仏法を求めようとすることにあったからである。求道を忘れた単なる作務労働や単なる工作はもはや決して禅ではない。この作務精神は今もなおかつ日本の禅林に受けつがれ、修行上の好箇の一法門となっている。摂心修定による意識の昏沈を開くためには作務労働はこの上なく好き方便となるであろう。意識の統一による精神の、ともすれば陥る凝固性を解くためには手足の働きは最も好き手段となるであろう。しかして「動静間てなき」工夫の訓練ともなるのである。日本の禅堂でも作務中に開悟したという例話は多くある。ことに看話工夫を中心とする臨済禅にその例が多い。

現代中国は労働をもって「国造り」と「人間改造」をやっているといわれる。昨年、中国を訪れた時杭州浄慈寺の壮年住職はわれわれの前で昂然と胸を張って「今や中国の仏教徒は百丈、一日作さざれば一日食らわずの精神を身をもって実現している」と述べていた。彼ら十余名の修行僧は朝夕の坐禅念仏以外は労働に従事し、その報酬で生活をしていたようである。禅宗史上何千年の間に培われて来た作務精神はなおかつ二十世紀の現代社会に生かされているようである。もちろんこの百丈の作務精神が単なる政治の道具にのみ使われているとすれば、そこにはもはや禅は存在しないであろうことは言うまでもないのであるが。

托鉢

「托鉢」とは字義的には鉢を托上げることであり、行乞の意味は後世になって出てくる。宋代に入って托鉢が行乞の意味を持ってくるのであるが、それ以前にも禅の祖録に托鉢という字は出てくる。有名な「徳山托鉢」という公案があるが、これはここでは別に托鉢行乞という意味を持っていない。しかし托鉢行乞はすでにインド沙門の間に盛んに

行われていたものであり、それが仏教伝播と共に中国日本にも入って来たものである。一般の商いに従事することを禁ぜられた僧侶の唯一の生計の道はこの行乞にあった。現在もなお禅宗の専門道場では一定の日を決めて、厳しい規則に従って市街に托鉢に出る、そうしてそれによって道場運営の費用に当てている。托鉢の規則はすでに中国百丈和尚の編したといわれる前述の百丈清規の中の「分衛規定」の項に細かく定められている。現在日本の僧堂に伝わる「托鉢規定」もすべてこれに則っているのである。たとえば、托鉢の際には必ず黒い衣をつけ、行乞は午前中に終らねばならないなどの規則がある。ところでこの托鉢の根本精神は「布施行」にある。「布施行」は「六波羅蜜行」といわれる、悟の世界にいたる六つの修行の中の一つに数えられ、それは「お互いに施し施される」ことの厳しい精神を教えるものである。布施行には三つの「施し」、すなわち財施・法施・無畏施からなっており、どの一つが欠けても真の「布施行」とはならない。「財施」とは人が僧に財貨を施すことであり、「法施」とはそれに対して僧が人に仏法を施すことであり、仏法を施すことによって人は無畏の法勇を得る。これを「無畏施」というのである。人が布施を行ずる時、「施す人」と「受ける僧」と「施すべき財物」との一切は本来皆空であると自覚した処の自己が布施を行ずるのでなければならない。僧も人も、財貨も一切皆空であるという自覚から施しまた施されるのである。これが真の托鉢行であり、真の仏教的慈悲なのである。禅門ではそのような思想を基礎に次のごとき托鉢の規則が創られてくる。たとえば前述の分衛規定の中に「若し施主（施す人）の茶点（茶菓子など）を施し、あるいは午斎（昼食）を施すに遇わば、座に臨んで食を受け、彼の覩者（見る人）をして恭敬（うやまい）の心を生じ、喜捨の願を発せしむ云々」とあるごとく、施しを受ける僧は施す人をして心から喜んで施さしめ、同時に「施し」を通して仏僧法の三宝に篤く帰依する心を起さしめねばならない。これが法施であり、その法施によって人はまた我執我慾を離れて真に何ものをも畏れない無畏施を得る。施しを受ける僧に対しては禅門では次のごとくに戒められる。「僧と為って大事（仏法上の真理）を了（成就）ぜずんば披毛載角（畜生類のこと）して信施を還せ」とよくいわれる。財施を受けた

以上、僧は身命を賭けて法施を人に返さねばならない。「施し」を受ける僧はこのような厳しい精神で「施し」を受けねばならない。法施あるところ僧は財施を受けて天地に愧じない。「君子は財を愛す、是を取るに道あり」といわれるゆえんである。

もし誤って僧が法施を返すことができなかった時、それは未来世、牛馬に生れ変って一生苦役に甘んじて施しを返さねばならないのである。他方施主の方はまた誤って我慢我慾をもって「施し」をした人があったとすれば、それはまさに新しい煩悩を一つ増しただけのこととなる。梁の武帝が達磨大師に「朕は多くの寺を建て多くの僧に供養してきたが、どれほどの功徳があるであろう」と問うたのに対して、すかさず「無功徳」と喝破した話は禅宗史上あまりにも有名であるが、まさにこの事を物語っているものである。このように布施行にあっては、「施すもの」にも「受けるもの」にもきわめて厳しい世界が要求される。畢竟根本的には「与える」ことも「受けること」も全く同じことなのである。仏教的慈悲もまたこの布施行の精神から出るものである。

禅と倫理

鹿野治助

禅は本来倫理でもなければ、哲学でもない。しかし禅者といえども人の世で生き、少なくとも宇宙の中で暮して行くからには、何か倫理的にかかわるところがなければならない。それで禅は倫理といかに関係するか、禅に独自の倫理があるか、もしあればいかなるものか。禅はこれから倫理的にいかに活動すべきか、といったようなことが問題になってくる。しかしそれは、禅なるものが何であり、何を目的とするか、何を結果するかを明らかにすれば、おのずから明らかになるのではなかろうか。

一

まことに禅の主眼は、倫理ではない。むしろその出発点においては、非倫理的でさえある。たとえば、古人は禅門に入るに当って、妻子を棄てたり、親に叛（そむ）いたりしているからだ。本家本元の釈迦自身が、すでに、このことをやって出家したのである。その他、臂（ひじ）を自ら断ったり、腿（もも）に錐（きり）をさしたり、あるいは女性にして自分の顔に焼火ばしをあてたりして、身体髪膚（はっぷ）を傷つけている。また車を無理におして人の脚を折ったり、小僧の指を切り落したり、殺生禁を犯して猫を斬ったりしている。少なくもそう伝えられている。また人をなぐったり、縁側からたたき落したり、入

門に当ってはいうまでもなく、入ってからも、倫理的にどうかと思われることは、数えれば色々あるであろう。

しかもあえてそれらのことをなすのは、深いわけがあるからでなければならぬ。むろん、それらのものも大事なものであるに違いない。だのにかくなしたのは、それらよりももっと大事なものがあって、自分はそれを得たいし、また他方はそれを得させたいからである。そしてその大事なことのためには、始めは世の一切のものは邪魔となり、誘惑にさえなるからだ。諸縁を放下するのもそのためである。そしてそれは、どうしてもあきらかにしたい、それができなければ、死んだ方がました、――そして実際死にさえしている――いや、死んでも死に切れぬといったような深刻なもののためなのだ。(しかし、それをものにすれば、かつて邪魔したものはかえって手足となって、働くこととなる。たとえば白隠の書画、文学のごときである。)

それでは、そのような切なる要求とは、何なのか。それは一般的にいえば、宗教的要求なのである。もっとも宗教への要求といっても色々あって、必ずしもそう激しいものばかりではない。それにしても、それは単に、われわれの多くの欲望の中の一つといったようなものではなく、始めはたといそうであっても、後には変って身心を一丸とした全体の要求となる。そこまで行かなければ、少なくとも本物ではない。またこのような要求がなければ、あたかも良心のない者に、道徳も倫理もないようなものであろう。だがこの深い要求があれば、法律で禁じようが、倫理的束縛があろうが、あえて顧みない真剣なものを蔵している。だからこそ、古来、多くの殉教者や犠牲者を出して来たのである。

それではその求めるところは、そもそも何なのか。一般的にいえば、その対象は神や仏で、その目的は他力の場合なら、か弱き人間、罪深き凡夫が、神仏によって救われ、摂取されることである。そして苦悩、不安は取り去られ、少なくとも苦しみは苦しみでありながら苦しみでないといったような、新生活に転化する。しかし禅においては、人間をただ弱き者、罪深き者とは見ない。自己はそれぞれ、貴重なる仏性を宿している。そういう自己、それが人間と

いう存在なのである。だから自己は究明され、徹見、見徹される。かくて自己は、自分さえ知らなかった真の自己となるのである。

禅のきびしい修行は、もっぱら、このためになされる。つまり禅は何よりもまず悟道、身心脱落を目ざさねばならない。己事の究明とは、自己を去ることであり、無心になること、自己に死ぬことだ。道元は「仏道をならふといふは、自己をならふなり。自己をならふといふは、自己をわするるなり」、といっている。それは裏からいえば、仏となること、いや、全一なるもの、究極なるものが端的に現前することなのである。そこでは身心一如、自他の対立はなく、肇法師（じょうほっし）のいう「天地と我と同根、万物と我と一体」である。いままでの相対対立の世界、矛盾葛藤の世界はひるがえって、絶対、一如の世界となる。その結果、自然界の一草一木といえども、いままでと違った生色をあらわして来る。

かくて禅本来の目的は悟りであって、それは解脱ともいわれる。それは、一切の束縛を離脱することである。束縛といっても種々あるが、その束縛の一番の根本を絶ち切ること、つまり命根を断絶することである。もっとも命根とはいっても、肉体的ないのちのことではない。そういう肉体的生命のもとをもなしているいのちの根であって、それを絶てば、生きながらにして死に、死にながら生きるといった、いわゆる生死を超えてる底のものとなる。

このような禅は、いうまでもなく身を以って得ることで、理屈ではない。釈迦は菩提樹下（ぼだいじゅげ）で悟得覚了した。それから四十九年間、自由に説きながら、最後に一字不説といったごとく、また禅門でも一字一句の与うべきものなしなどいうが、根本のところは説くことのできないもの、あるいはいくら説いても説き尽くせないものである。かくて結局維摩（ゆいま）の黙は、万雷にもまさる強きものとなる。それは仰げばいよいよ高く、切ればいよいよ固いもの、だから小さいものよりもさらに小さく、大きいものよりもさらに大きいとか、即しも離れもしないとか、即心即仏、非心非仏、不是物とか、その他、ふつう理解できないような数多くの言葉が、禅匠たちによっていわれて来た。それはわからない

といえばわからないけれども、それほど明らかなものもないわけで、それは眼の前にはね返っているもの、それなくそれを離れては、日常の行動、人との対話、仕事、実験、無神論者、唯物論者の論争さえもできないような、根本的なものなのである。そういった日常底のものではあるが、それに気づいているか、ということになれば問題である。そしてそれを得ているか否かは、大事な問題である。

禅では何よりもまず、悟りが得られねばならぬ。それは無我となり、究極なるもの、全一なるものになることであった。しかし、そこに行きっ放しではなく、そこから生き返って来なければならぬ。我に死んだ時、実は、自分も知らなかった真の我となって生きているのである。そこではもとの我はなくなって、無から限定されて来る。有は無の限定であって、有は無に即している。趙州和尚はある時は無といい、ある時は有といった。有はもとの有でありながら、命根を断絶した有であるから、もっと純粋な、徹底した、純一無雑な有である。しかもそれは、無なるが故の有なのである。譬え話に、ある木こりが、さ鳥(=悟り)という鳥を捕えようとして、斧を持って見ていた。ところが、さ鳥という鳥はたいへん利口で、こちらの心をちゃんと見抜き、わしを捕えようとするなといった。これはしまった、知られてしまったと思ったら、さ鳥は、しまった知られてしまったと思ってるな、という。これではとてもだめだと思ったら、今度はとてもだめだと思ってるな、というのである。仕方がないから、さ鳥のことは断念してしまって、ひたすら仕事に専心した。すると振り上げた斧がさっと飛んで行って、さ鳥にぶっつかり、つかまえることができたというのである。一面を捕え得て妙といえよう。しかし、つかまったさ鳥は、木こりと一つになって生き返って来なければならない。従って木こりはもとの木こりであるけれども、すでに変質した木こりであって、無に即したものでなければならない。身心脱落ということが、身心が無に徹することなら、脱落身心は、無に即した身心ということである。つまりは同じことであって、身心脱落は、また脱落身心でなければならない。

また以上のことからわかるように、禅は実践的でなければならない。実践を抜きにして禅はない。しかし、インド

人はとかく瞑想的であり、実際的でなかったせいか、ついにインドには栄えないで、シナにはいった。シナ人は元来、実際的であることもあって、禅はシナにおいて大いに栄え、発展した。と同時に、日本に入ってからもそうだが、華厳その他の仏教が、もっぱら理論的、論理的に究明し、あるいは三乗だの、十二分教だのと事細かに分類したり、説明したりして、これで仏教のこと終れりとしているような時代において、むしろその反動として、いっそう実践的になった。つまり理屈はとにかく、仏法の目的とする真理が本当にわがものとなったならば、日常の行動や生活の上にも現われて来なければならない。だから禅においては、禅者の間に本物かどうか、あるいはその程度をためしたり、対決したりする言行がすこぶる多い。特に禅そのものには、棒喝のような激しい、荒っぽい仕方が結びやすく、またそれらがふさわしくもある。われわれが持ちながら気づかないでいる本物は、どうにもこうにもならぬ切羽詰った時に気づくことがあり、あるいは打ちのめされたような場合に出くわして、始めて自分でも知らなかったものに行き当るからである。茶道やその他でも仏教は行ぜられ、劣らず禅的なものはあらわれるけれども、棒喝に近いものの方により開けやすく、また伝わりやすい。もとより禅には微細な懇切なところもあることはいうをまたない。

二

自己を脱却し身心脱落すれば、最初の動機であった種々の悩みや不安はやむこととなる。もっとも、苦しみや不安は同じであるかも知れない。しかしそれらは苦しみや不安でなくなり、気にならなくなるような境涯となる。禅の場合は我が究極者となり、仏と一つになったのである。いや、なったのではなくして、始めから、そうであったのであり、そしてそのことが覚されたのである。そこでは自力もなければ、他力もない。自救即他救である。達磨門下には死はないともいわれる。そしてこういった境涯が得られるならば、一応その目的は達せられたといわれねばならない。

しかし、宗教として禅も単にここにとどまるならば、利己主義であるとか、個人主義的であるとかいわれても、必ずしも的はずれではないかも知れない。

禅者は己事の究明によって、本当の自分、つまり「天地と我と同根、万物と我と一体」の大我となる。彼は解脱の人として、もろもろの欲望、煩悩、束縛から解放された者であって、もとの我ではない。もっとも理屈としてはかくのごとくでも、実際問題としては、そう簡単に行かない。だから正念相続とか、聖胎長養が、必要とされるのである。七十歳にして始めて正念相続ができるようになったといった高僧もいる。しかし先にもいえるごとく、個人は同じ個人でありながら、やはり変質、いや、翻っているのである。もし全く同じであるならば、何を苦しんで厳しい修行をし、鉗鎚を受ける必要があるか。歌に、

　悟りとは悟りて悟る悟りなり
　悟る悟りは夢の悟りよ

というのがある。

とにかく、個人は変質して、あるいは翻って生き返る。では、そうするとどういうことになるか。それが問題である。倫理との関係はこの辺から生じて来る。同じ大法を得たからといって、そこから生き返った者が機械的に同一となるのではなく、個性もあれば家風もある。しかし違ってはいても根本は同じなわけで、そこに何ともいえぬ妙味がある。

個人としては、それではどう変るか。求める動機によって、与えられるものも違うわけであるが、無心になり、自己を脱却したことによって、煩悩の根が絶たれているから、私がないということができよう。物欲はもとより、名誉欲、政権欲、その他およそ利己的なもろもろの欲から離れることができる。したがって、公平であり、何かに執したり、偏ったりしない。心は明鏡のごとくであるから、大局がよく見えるし、判断も正しい。由来、人は悲しかったり、怒ったりしたような状態においては、決して、大事なことを判断したり、決定したりすべきでない。それは何かに執

して判断が正しくなく、後で必ず後悔するからである。この点、坐禅の心境からは無私公平なるが故に、偏向することがなく、是は是、非は非として正論を吐くことができる。自分自身に対しても、他に対しても同様である。しかし実行には、従来の惰性や過去的なものに対抗し、強く習慣づけねばならない。判断は正しくとも、その通り実行するとは限らぬからである。

禅の倫理は、また無欲恬淡(てんたん)である。したがってまた洒脱であり、こだわらず、事象をあるがままに見、詩人の境涯にあることができる。人の世には種々なる欲望の故に、口では正しいといいながら、実際には、ゆがめられていたり、大男が子供じみたことをして、大まじめであるようなことは、いくらでもあることで、無私の人から見ればおかしいわけで、ユーモアも出て来るというもの。話は少しそれるが、ドゴールがアルジェリアを独立させた手ぎわは立派だし、また最近訪ソの時、フランスはソビエトのあることを有難く思う。アメリカの帝国主義をおさえるから。またアメリカの存在もありがたい、ソビエトの侵略に壁となるから、といったようなことをいって恬としている。かくて禅はいうことも欲気がないから、こだわらない。怒っても、尾を引かない。人間である限り、喜びも悲しみもあり、怒ることも恨むこともあろう。しかし自己に死んでいるが故に、個人的な感情にとらわれることが少ない。怒りは怒りでも、私憤ではなく、人のため、世のための公憤となる。喜びもしかりだ。あるいは己れに失っても、他のため世のために益ならば喜ぶわけで、スケールが大きい。宮本武蔵という男は負けん気の、気性の非常に激しい男で、どうにもこうにもしようのない男であったらしい。しかし禅によって、剣一すじに徹底する男となったといわれる。その他われわれの知れる人でも、猛烈な気性が禅によって公けのことや、学問に専心することとなり、大きな業績を残している。また薄志弱行の徒も、いつの間にかファイトのある強固な者に転化している。

あるいは臆病な者といえども、勇敢な者と変る。それは北条時宗において見られる。時宗は元来、たいへん臆病な人であったという。その臆病を脱したいばかりに、時の高僧仏光国師祖元についた。国師はいった。

「脱することは容易だ。臆病の出て来るところをふさいでしまうがいい。」
すると時宗は「臆病はどこから出て来ますか」と反問した。
国師「時宗から来る。明日から時宗を捨ててしまえ。」
時宗という個人が意識にあって、なにかと分別するから臆病になる。しかし仏光国師について禅を学んでいるうちに、無我となり、「莫妄想（まくもうぞう）」となることができた。かくて蒙古の大軍を撃退せしめる時宗となったのである。あれやこれやと分別するのは、一種の妄想である。もっとも、考うべき時には、あらゆる可能性を考えて、十二分にそなえることが必要である。しかしいざ実行という段には、右顧左眄すべきではなく、ただまっすぐに進むあるのみである。
また禅者は、非常に能率的であることができる。なぜなら、彼は物事に打ち込むことができるからである。彼は無心になって見、無心になって仕事に熱中する。だから一時間かかる仕事や読書も、それよりはるかに短かい時間で、効果をあげることができる。生也全機現、死也全機現という言葉もある。学ぶ時には徹底して学び、遊ぶ時には徹底して遊ぶべきである。生きる以上、徹底して生きるべきであるし、また死ぬ場合は、思い残すところなく死すべきである。死んでるような生き方、死んでなお生に執着する不徹底さは、禅の上からは禁物である。医者は患者の脈を見る時、無になっている。また科学者も無心で諸現象を観察してこそ、そこから諸法則や特質を把握できるのである。われわれが種々なることを次々とやることができるのも、そのためである。あたかも、黒板で、書いたものを消すから、次々に、別のことを書くことができるようなものだ。もし前のことが尾を引いていては、現在のことがあいまいであるばかりでなく、大いに疲れる。過去に学んだもの、読んだものを、一々意識的に背負い込んでいたら、大変なことだろう。無になることは、前のことを忘れることでもある。
禅者はまた自在の人であろう。彼は何物にもしばられていない解脱の人である。世の中には種々の欲望があり、種種のかかわりがある。これらに縛られていては、真に自由ということはできない。なぜなら、自由を標榜しても、名

誉欲、政権欲、物欲その他の欲望に縛られ、したがってそれらを持てる人々に隷属するからである。真に自由な人は、西郷のいわゆる、名もいらぬ、金もいらぬ、いのちもいらぬ、といったような人でなければならぬ。命根断絶、一切の煩悩の根源を絶ち切った者でなければ、真の自由人ということはできないし、また事実、自由ではあり得ない。沢庵の『不動智神妙録』にあるごとく、剣においても、その奥裡に参ずるには、無心であることが要求される。なぜなら無心にして始めて、機に応じ得る自在の人となり得るからである。武蔵の「構えあって、構えなし」を思え。剣の極意を得るために、古来わが国では、よく禅が修められたのも、結局、生死脱得、真の自由を得る以外ではなかった。

禅による徳目ともいったものは、他にも種々あるであろう。あるいは禅の副産物として身体が健康になるとか、病気やノイローゼが治るとか、金儲け、勝負に強くなるとかいわれる。しかしその故に、禅を健康法とか、治病の方法、その他の方法であるかのごとく考えるならば、誤りである。ものごとにこだわらぬとか、背骨をまっすぐ起した坐法とかは、たしかに健康や治病にいいであろう。しかし、禅は医術ではない。治病のためなら、科学的な医術や医薬がまさっているし、また健康のためなら健全なる体操というものがある。禅の本来の目的はどこまでも悟りであり、自己の徹見である。換言すれば、新しい人間、真の自己の打出、形成である。しかるに、禅を治病健康法と考えたり、逆に麻薬で悟りの境涯を現出するなどというのは、外道(げどう)たるをまぬがれない。禅は人間の質を変えるものである。質と量の問題は大切な問題であるが、同じものを量的にいくら集めても、質の転化にはならぬ。質の問題は、次元の問題でもある。質のすぐれたもの、次元の高いものによってこそ、世界は進歩もするのである。物であるなら、金銭で買うとか、あるいは持てるものを売って、違ったものを買うこともできよう。質のいい人は、人事の交流によって簡単に入れ替えができるかも知れない。しかし自分自身の質、与えられた人間の質は、いかにして次元を高めるか。禅のごときは、質を変え、次元を高めるのに最も適したものの一つであろう。つまり禅は、人間形成、人間錬成に最もいい修行法ではなかろうか。単なる理屈でなく、どこまでも身を以って学ぶところにユニークなものがある。坐禅は

その大切な仕方である。坐禅によって、肉体はしぜん定力がつき、物理的に見ても、身体の構造は変り、おのずからなる生命やファイトが蓄積されて来る。困難にもちょっと参らぬ力と忍耐力とができて来る。それに参禅などによって、常識的な見方が打破され、命根が断絶されるならば、それこそ大きな転換、大革命というべきであろう。ただ身体的ということであれば、他のスポーツや訓練によっても得られるかも知れない。しかしそこからは、命根の断絶、自己の徹見は得られない。

ところで、禅者も普通の人である限り、普通の仕事をせねばならない。禅に基づくものは、しぜんそこにでて来るわけで、人のために祖録を講ずることが禅だなどと思うべきではない。ある人が鉄舟に『臨済録』の提唱を請うた。その人は、禅門で当時知名の老師の『臨済録』提唱をほとんど聴講したとかで、禅に造詣深い鉄舟の提唱もききたいというのである。鉄舟は自分が禅門の師家でないことをいって断わったけれども、再三の懇請に、「しからばこちらへ」と道場に入り、剣道着に改めて、門弟の一人と物凄い撃剣を始めた。やがて一試合終ると先の人のところへ来て、「わたしの『臨済録』提唱はこれで終りました」といった。鉄舟の本職が剣道であることはいうまでもない。その他もこれに準ずるわけだが、後進の者、同じく悩む者に与えようとすれば、教化、教育ともなる。

三

人々と一緒に生きる以上、互いに気持よく生くべきである。そこにおのずから秩序とか、礼儀というものが成立して来る。しかし禅者は何よりもまず、己れひとりを慎しむわけであって、人の見る見ないにかかわらず、やるべきことはやり、整えるべきことは整え、陰徳はつみ、一挙一動といえどもゆるがせにしないのが、願いである。元来、宇宙間のものは何物でも、それぞれ存在理由があるのであって、一物といえども余計なものはない。ところで、それぞれの持つ意味を十分に認め、それぞれに適したように用うることは、広い意味の愛であり、慈悲である。そういう立

場からは、一滴の水、一片の炭といえども無駄にすべきではなく、使い古しの水でも、草木にやれば十分いきる。禅仏教は人間中心主義ではない。愛は、草木、禽獣、山河、国土の一切に及ばねばならない。釈迦の涅槃図を見るがいい。――とはいっても、その仏教国たる日本において、雀が人を見て逃げて行き、むしろ人間中心主義的な欧米において、かえって雀が人に近づき、掌にさえあがるのは、何とも心痛き次第――。布袋和尚の頭陀袋の中には、人の捨てた多くのものがあったに相違ない。しかし、下駄の緒の切れて困っている人には、ちょっとした紐もたいへん役に立つであろうし、また破れ傘でも十分役立つ時がある。それらによって人が助かるばかりではない、物そのものもかくてこそ、真に生き、また成仏するというものだ。もっとも時と場合では、小を殺して大を生かすという場合のあることは、いうをまたない。

禅者はひとりを慎しみ、人に迷惑をかけない。とはいえ、もとより人は社会的動物であって、ひとりで生きて行けるものではない。しかし、彼は自分の身辺はできるだけ自分で処理して、人手を煩わすまいと心掛ける。でもその故に、人にもかくあれと強いたり、あるいは人を顧みないというのではない。禅者はむしろ四弘誓願にもあるように、何よりもまず他を済度せんと誓うものだ。しかも愛他的活動は自然であって、何ら無理がない。天地と我と同根、万物と我と一体を自証した者であってみれば、彼の自己は単なる個人的な自己ではなくして、最も次元の高い自己であるから、他人の苦しみはおのずから自分の苦しみとならざるを得ないし、また人の喜びはわが喜びとならざるを得ない。維摩居士の「世人病めば、我また病む」という境涯である。アルベルト・シュワイツァーが駅で、老人が重い荷物を持っているのを見ると、自分が苦しくなって、しぜん手伝わざるを得なかったというが、彼のアフリカにおける活動は、他の動物にも及んで、まさに菩薩行であった。

手近なところでは、母親は子供と一体である。交通において、子供が危ないと思った瞬間、母親はひかれて死んでいた例はいくつもある。しかし、単なる親子の愛や一体感は本能であって、限界がある。真に命根を断絶し、天地同

根万物一体をあきらかにした禅匠にあっては、単に義務的ではなく、全くしぜんに、博愛とならざるを得なかったものと思う。しかし、禅匠は一般に高くとまって冷淡であるとか、不親切であるとかいう非難もないではない。せっかく学ぼうとした武帝を、未だしとして去った達磨は不親切であるとか、いたずらに棒喝を弄して近づけないというごときである。禅は対機的で、一律なものではない。禅を学ばんとする者に対して、いまだ時でないのに教えるような仕方は、あたかも伸びないのに同情して穂をひきぬいたり、その時でないのに卵殻を破って雛を誕生させようとしたりするのに等しい。禅は教えられるものではなくして、覚せしめるものである。師家は内に愛があればこそ、そしてそういう時機であればこそ、棒喝をもってするのである。老いて力がなくなったため、いい弟子をつくれなくなったと嘆いた高僧もいる。滴水であったか、小僧が大怪我をした時、いたわったら気を失うか失命するだろうと憂いて、愛の一掌を与えて「これしきのこと何だ」と活を入れたという。

禅はもと主体的なものである。それは教えることはできない。それは苦労し、行をつんで発明するほかない。五祖法演の話に、老いた泥棒が息子に伝授しておこうとして、金持の家に忍び入った。まず衣類のはいっている大きな櫃の中に息子をはいらせて錠をかけ、それから「泥棒がはいった」と連呼して家人を起しながら自分だけ逃げた。息子はひどい親父だと恨んだが、仕様がない。いろいろ考えたあげく、鼠のような音を立て、家人が蓋をあけたすきにとび出し、逃げる途中、井戸に石を投げておち込んだように見せかけ、騒いでいる間に逃げ帰った。親父をなじると「お前も一人前になったな」と印可証明。このようなのが、師家の真の教えであり、真の愛なのである。しかし、これは相手によることは、いうまでもない。

四

元来、倫理とは踏むべき道、同類間のすじみちということである。それはもと、慣習、仕来りから、そして慣習は

習慣から発展したもので、習慣はある一時の状態や行動を繰返すところから形成、固定化される。ところで小さな集団、たとえば家族のごときにも秩序はあり、家風や倫理はある。また社会のもろもろの集団にも、それぞれ仕来りや道義はあるし、また暴力団のごときにさえ仁義がある。市町村や都道府県においても同様で、しかもそれらはそれぞれ異る。なぜなら多くの集団は、それぞれ目的を異にし、また市町村などにおいては、地理的条件や歴史的制約が違うからである。国家においても国民道徳があって、法的な義務や権利のほかに道義的にも国民を規制する。国家においては、その国家の存立の関係上、どうしてもそういうものが必要になる。しかしそのために、他の集団でもそうだが、特に国家においては、自国中心となり、国家的利己主義となる。かくて正義とか、聖戦とか、平和とか、名は美しくとも、名実相伴わざる場合が少なくない。それは昔も今も差別はない。昔あるソフィストは、道徳や法律は、強者が弱者に無理に課したもので、要するに自分たちに都合いいものをかく称したまでで、結局、相対的なものであるといった。国家間の倫理もそれと似ているが、それは後に譲りたい。

元来、人の踏むべきみちとしての倫理は、道理としては、時代や場所によって異るべきはずはないのだが、目的や条件を異にした集団であってみれば、現実的に違って来るのも事実である。たとえば、わが国において昔と今では国情も変り、倫理も変っている。かつて割拠、対立していた諸国は一つとなり、封建的倫理はほとんど姿を消して、民主的な倫理になりつつある。しかしそれが、禅の倫理とどう関係するというのか。先にいえるごとく、各人は本来仏性をそなえてるものであって、その点全く平等で差別はない。そして他を敬い他を利することは、己れを敬い己れを利するわけであって、その逆もまた真である。この点、大いに民主主義的といわざるを得ない。しかし現実の社会は、禅者だけからなる集団でも国家でもなく、互いに対立、競争し、闘争さえしているそれらである。ちょっと歴史をふり返っただけでも、歴史とは戦争や争いの連続と思われるほどだ。しかし他面、そのような時代においてさえ、藩侯は黒衣の宰相を顧問としたり、禅門をたたいたりして、施政の上に公平であろうと心掛けた。もっとも、個人として

は、生死の脱得とか、ざんげの気持もあったろうが。なお、明治維新の立役者、海舟、南洲、鉄舟らは、いずれも禅と関係深い人たちであることを、一言つけ加えておく。

ところで、各人等しく仏性をそなえているとはいっても、元来、禅は見性成仏を主眼とするものであるから、そう簡単に到り得るものではない。白隠は相当大衆化してはいるが、それでもいわゆる大衆むきのものではない。禅は歴史を見れば、かつて第一線の教養であって、いわゆるインテリのみが参じ得たので、一般大衆には、主体的な心源に参ずるよりは、客体的なものをあがめ、守ることが適していた。だからそういう人たちには、禅の倫理は、仏教一般の戒律的なものや、儒教的なものであったといえよう。しかしインテリの方は、諸国の施政の上に、また禅文化の上に種々なる活動をしたわけである。しかし、課題は倫理である。藩侯や武将は、禅で鍛えた人格によって、倫理的に立派に行動したばかりでなく、それによって適切な政治を行った。倫理というものは政治と深いかかわりがあって、上に立つ者が身をもって示すのでなければ、いくらやかましくいっても、とうてい行われるはずはない。プラトンによれば、政治は一種の教育なのである。

将来に向っていうなら、倫理的高揚のためには、政治家自身に、禅的体験をしてもらいたいものだ。禅でなければならないということはないが、せっかく何百年と、それこそ祖師たちがいのちを投げ出して伝え来たった宝が手近に、豊かにあるからだ。たそがれどき、専門道場近くで鐘の響をきくだけでも、薬にはなろう。プラトンは「哲学者が政治をやるか、政治家が哲学をやるかでなければ、人類は救われない」というようなことをいった。彼は、国家の守護者たる者は、私有の財産と妻子とを持つべきでないといった。それらは祖国を忘れしめ、公平、無私を失いやすくするからというのである。そして彼は、真の指導者たるべき者は、身体的諸訓練に堪え得たばかりでなく、さらに精神度の高い訓練に堪えて、「善のイデア」に達した者が、ふたたび現実の世界に帰って来て、人々を高めねばならぬというのである。ものはとにかくとして、一種の哲学を持っている政治は、今日では、社会主義国だけかも知れない。

プラトンがかく哲人国家を提唱したわけは、当時の政治家たちが、浅薄で、ほとんど私利私欲にふけり、また徒党をくんで、真に国家や、国民を思う者が少なかったからである。彼の破邪の対象はつねにソフィストと政治家たちとであった。

政治家が個人的な財産や妻子を持つ持たぬは、必ずしも問題ではないかも知れない。家庭を持ちながら偏(かたよ)らない人が、東洋にも西洋にもその例は少なくないからである。しかし政治家の大事な資格や倫理は、どこまでも人々の安寧、人々の幸福を第一義とし、私利私欲に左右されないことである。そのための最も手近で、有効な方法として、禅的訓練はどうであろうか。もとより禅において、大事了畢などということは、容易なことではない。それはむしろ専門家のことであって、彼らに望むところは、自己とは一体何者かを究明し、主体性を確立して党議党略によらず、是は是、非は非、真に人々を思う政治家本来の姿にかえることである。そのためには、禅門のオールスターを繰り出して、当選代議士に鉗鎚(かんつい)を施すのも一方法であろう。そしてそれはまた、禅門に対しても、一つの刺激となるかも知れない。もっとも、禅は奥裡を究めるためには、非常な精神力と時間と体力とを要するわけであって、それをやるだけの努力を他の仕事に注いだら、必ず何かなし得るほどである。したがって、一般大衆にはあまり望めない。しかし大衆といえども、応分の所得はのぞめる。悪疫を防止するために、先覚者は、苦心惨憺して注射薬その他の予防薬を発見した。その他の機械、器具類にしても同じである。このため他の多くの人たちは、労せずしてその恩恵に浴しているわけである。他方、精神界においてはどうか。祖師や君子は、それぞれあれやこれやと難行苦行を重ねて、安心を得、幸福の道を発見したのである。そして、後進の人々に、同じような労苦と時間の浪費を繰返さずに、その境地を与えようとした。かくて彼らは、あたかも注射薬のごとき念仏や題目を与え、戒律を授けたのである。

しかし物質界と精神界とでは、いちじるしく異る。特に主体的なる禅においては、真の醍醐(だいご)味は、それだけの苦労と骨折りとをしなければ与えられない。金銭で物を買うとか、服薬するようなわけには行かない。金銭のごときさえ、

悪銭身につかずということがある。しかしそれにもかかわらず、師家にも多少の技術はあり得るし、また他方、成仏一念にありといったような願心と、質的な努力とによって、時間の長短、深浅の差のあることはいうをまたない。

五

集団は大きくなれば、世界集団、人類社会となる。もし他の天体にも人間がいて、それらとの交渉、接触が始まれば、宇宙的集団となるかも知れないが、いまのところ、世界的集団が一番広いわけである。

おのおの国家は、最大の集団として、それぞれ言葉の異るごとく、異る文化、道徳、法律、宗教を持っていた。だが、しだいに交易が行われ、長い間には、自国のものだけが道徳や宗教なのではなく、他の中にも己れにない長所のあることが判明して来た。かくて交流、混合、折衷、さらにその土台にあるものとして、もっとスケールの大きいものさえ考えられた。古代、アレクサンドロス大王の時には、世界統一が考えられ、血液的にも一つにしようと意図された。大王は若くして死んだために果たされなかったが、この考えはストア哲学にとりあげられて、コスモポリスというものになる。それは神々と人々と、それらのためにつくられた被造物とから成る組織体なのである。そして人々は一実在の分身、つまり神の子として同胞なのである。かくて同胞愛、博愛、人類愛を唱えたわけである。ストア哲学では、ちょうど人間が仏性をそなえているように、それぞれ宇宙的ロゴスの一部を持っている。かくて人間の持てるロゴスと宇宙のロゴスとは、元来、同質のものであるから、自分のロゴスに従うことは、つまり宇宙のロゴスに従うこととなる。かくて宇宙のロゴスに従う面をとり立てれば、神に随順し、帰依することになるが、自分のロゴスに従うならば、倫理的ともいえるわけで、彼らにおいては、倫理と宗教とは相容れぬものではなかった。ストアにおいては、いわゆる本能的なる限り、親といえども敵なのである。彼らで修行のできた者は賢者で、彼らからは、年長の者は親、もしくは兄、姉で、年下の者は弟、妹、もしくは子供だというのである。そして真に人のため世のためを思

うならば、私事に煩わされないために、独身たれ、というのであった。しかし一般大衆は結婚し、公職につき、賢者の教えに従うという仕方であった。

しかしそれは遠い昔のこと。現代に生きるわれわれは、現代を離れるわけには行かない。近代における科学、技術、産業の進歩、交通、通信などの非常な進歩は、世界が実際一つであることを証明している。都会も田舎もほとんど差別はなく、トインビーのいわゆる世界の到る所は、メインストリートとなった。度量衡も世界共通の方向へ動き出している。諸国の学者が協力してこそ、医学にも、他の諸学問にも、いっそうの進歩が期待される。事実、国際会議、国際学会は多くなり、スポーツさえ、かつてのギリシアのオリンピックは、世界の舞台に進出して親善につとめている。まさしく世界は一つであることが、一般に自覚されて来た。

しかるに他面、非物質的方面を見るがいい。たとえば倫理、習俗はむろん、教育、宗教、政治、経済などの諸制度の立遅れは、ほとんどバランスがとれていない。せっかく短時間で到着しても、空港における手続の煩雑さには、思わぬ長時間を費すのである。地球は縮小し、一つになっても、諸国家には、それぞれの関所があり、旧態依然たる切り換えが必要だからだ。かつてのストアのコスモポリスのごとく、国家を無視して、個人と世界だけでも不都合であるが、利己主義的な、国家至上主義的対立の時代もすでに立遅れであって、諸国家は一つ格下げして、世界の中の諸地方として、一つの世界に統一さるべきである。

今日では破壊力は、まかり間違えば、一瞬にして自他共に滅亡するほかないような段階にまで来ている。次元的に驚くべき飛躍で、世界始まって以来の大恐怖である。にもかかわらず、この危機もどこ吹く風といったようなのが、現代の国家関係であるかのようだ。第二次世界戦争の跡始末なども、単なる戦勝国の敗戦国に対する処置であって、戦争の起った根本の原因やその解決には、少しも触れていなかった。かつて国際連盟を主唱しながら自らは加わらず、国連の場合にも加入したい国を拒んだり、ジュネーブ協定を守らなかったり、しかも危険な戦いを他国においてやる

ごとき利己主義、平和を口にしながら常に他国へけしかけたり、尻押しをしたりして隠れ蓑を着ている利己主義は、その物質面と逆比例する立遅れといわざるを得ない。未曽有の大悲劇を身を以って知らなければ、目醒めないというのか。

由来、太陽、空気、海洋、陸地、またその他資源のごときは、一部の者の独占すべきものではない。もとより手続もあろうが、今日のごとく封鎖的であるべきものではない。移住も自由でなければならぬ。かつて尾崎行雄のいったように、割拠反目していた諸国諸藩が、明治維新後、立派に都道府県として仲よく協力、協調しているごとく、世界各国も、平面的な力関係をやめて、仲よく協力し助け合って行けぬはずはない。戦後、国連はそのために現われたのであるが、いまだ力が足りない。有力になるには何よりもまず、教育から始めねばならないが、国連中心の国際大学――そしてやがて今日の国立大学のごとき諸国での国際大学も――は、もう出発してもよさそうである。世界国家ともいうべき統一にまで行くためには、国家についての絶対主義は絶対にやめ、国家中心の倫理も排して、指導者は、それこそ世界全体、人類全体の見える公平無私の人でなければならない。むしろ国籍をすてた人の方がいいかも知れない。かくて諸国も、コスモポリテース（＝世界市民）の倫理の方へ心を向くべきである。

集団は、小さい集団においてもそうであるが、上下関係もあれば、平等関係もある。諸国家はもとより平等、同格なるべきも、文化の程度、経済力その他の差異によって、おのずから上下関係もできて来る。上下関係は、支配関係と、指導関係とに分れるけれども、合理的な、民主的な指導関係になりつつあるのが、歴史の方向である。先進国は後進国を指導すべきであろう。利己主義を捨てれば、力関係は共存関係となり、立体的な世界国家の中に内含されるであろう。そこでは異る文化、異る性格をそのまま受け入れて、超えた形で統一される。

禅に基づく倫理は、当然、コスモポリス的倫理となり得るとともに、禅によってねり上げられた人は、世界を指導するに十分。過日なくなった大拙先生の死をいたみつつ、かく思うこと切なるものがある。

禅と教育

片岡仁志

本稿は昭和四十一年十一月、信州上高井哲学会創立四十周年記念の講演速記に添削を施したものである。最初と最後とに、教育者の哲学研究のあり方に言及しているのはそういう事情に由来している。しかし、主要内容は、禅の体験と教育の実際の場へのその働き方とに関している。なお講演筆記の貸与および発表を快諾された上高井哲学会（代表、千野正雄氏）の御好意に対して御礼申上げる。

哲学の研究が信州教育界の背骨になってきているということは、この信濃教育会全体の一大特色で、全国どこへ行っても、そういう一つの学問的な背骨を持った教育会というものは、ほかにはないと思います。そこに本当の信州教育の根本精神というものができていたのでしょう。そういう点で、私たちも及ばずながら、そういう仲間入りをして一緒に勉強するということは、たいへん生きがいを感じていたのです。

ただ、教育者が哲学を勉強する場合に、一番大事と思うことを述べてみます。言うまでもなく、哲学は学問です。それは深い人間本性や、あるいは人生に関する体験というものを根底にして、それを体験的に摑むばかりでなく、これを一つの理論的な概念の形で把握し、確実な認識として、知識の体系を立てていくというところに、学問というものがあります。

ですから、でき上がった哲学者の書物を読むと、まず第一に、この概念のむずかしさというものに圧倒されるでしょう。そして、それぞれのビジョンというものが、現実の装いをこらして現われて来ますから、「どうも哲学というものはむずかしいもんだ。」というような通念ができてしまっているのでしょう。

そして、それに取組んでいくと、概念の疑義やら理論の構成やらに追いまくられて、せっかく哲学者が表現しようとし、それを人にも伝えようとし、できれば永遠にその真理を摑んでもらおうと思って、苦心惨澹をして、概念的な推敲に推敲を重ねてできた著作が、案外、一般の人たちには、その上つらの概念の理解程度にとどまってしまいます。肝心の真髄というものが摑まえられていない場合が多い。よく哲学が好きだというような人の話を聞いても、あちらこちらの書物の読みかじりで、概念をもてあましているような場合が多いように思います。哲学をそういうように理解したのでは、せっかく学者たちが努力をして積み上げていった学問も、まことにその使命を果たすこともできないことに終ってしまいます。

それで一番肝要なことは、哲学を理解しようと思えば、その哲学者の摑んでいるそういう体験というものを、やはり自分が摑むことです。そういう体験を自分も持ちながら、あるいはその体験を深めながら、それに関する学問的な追究に即して、自分自身の体験の吟味をすることが肝要です。そういう態度を取るならば、自分でも直観的にわかっている、体験的に摑んでいるといったものが、哲学書を通して確実な認識として、自分に捉え直すことができます。こういうふうにして、読む人はその書物を通して体験を吟味し、そして漠然としていたものを確実な認識の形にすることができます。また深い哲学を通して、自分自身のいまだ浅いと思う体験を深めていく。こういうふうにして、哲学の理解というものは進められていくべきものでしょう。

ことに、教育者が哲学書を読むということは、別に将来自分も哲学者となって、哲学的労作を世に送り出すために哲学をやっているわけではなくて、教育者が哲学を勉強するということには、やはり教育というものの根本の原理を、

ただ経験的にあるいは直観的に摑まえているというだけでなく、学問的に検討しても充分その吟味に耐え、普遍妥当性のある真理として教育の真義を理解し、それを自由自在に日常の子供たちの教育に生かして用いていかなければならないという意味があるのでしょう。

そこから考えますと、教育者であるならば誰でもがもっている体験、ことに真面目な、真剣に教育という問題と取組んで生命(いのち)をかけてこの仕事に邁進している先生方としては、どんな人でも、多かれ少なかれ人間の本性についての深い反省や自覚、教育者として持たなければならない教育的な智慧や、教育的な愛というふうなもの、そういうものについて、皆が苦心惨澹して、思索もし体験も深めてきているはずです。それ故、そういうものを基礎にしながら、自分自身を哲学的反省を通して深めていく、そして立派な教育の仕事を日々に果たしていく、このようなことで哲学の勉強をして行かなければならぬものです。

哲学というものを考えますと、装いはいかにもいかめしいことですが、その体験の根本というふうなものに至ると、本当に簡単なものに帰着していくものです。たとえば、西田哲学というようなものは、なにか絶対弁証法の「絶対矛盾の自己同一」だのなんだのと、概念は大変むずかしい。そしてそれを用いて、あるいは歴史的社会の構造を論ずる、時間空間の関係を論ずる、歴史や文化の創造というふうな問題を取り扱うということですと、非常にむずかしいもののように思えるかも知れません。けれども、あの西田哲学の根本というものは、やはり一つの体験に帰着するようなものです。

西田幾多郎先生の全集が出ていますから、読んだ方もおられると思いますが、あの日記を御覧になってよくわかるでしょう。いかに先生があの哲学的労作を発表される以前に、体験の上で苦心惨澹をなさったか、まことに血涙をしぼるような自己検討というか、体験的な自己究明というふうなものに没頭されたかということがよく出ていると思います。

朝起きては打坐、夜も打坐、一時二時に至るまで坐禅三昧にふけりながら、暇があれば寺へ行って坐禅を組むというふうにして、ずいぶん坐禅だけをなさっている。そうしてあの日記の中には、この体験を通して、自分が真に実在というものを摑むことができたなら、もうこれでいいのだ。そのほかは、世界の諸哲学を研究して、それらの哲学的なものをもって、この自分の得た体験を表現していく、それを世に現わしていけばいいのだ。このような確信を日記の中でも言っておられます。

実際に「純粋経験」がもとになって『善の研究』に見られるような最初の哲学体系を立てる。それをさらに吟味し、いっそう現実的な反省が加えられるところに、「絶対矛盾の自己同一」を原理とする弁証法的な論理が、実在の論理として生み出されて来て、それをもって万般の文化的歴史的社会の諸問題を理論的に検討していったということが、西田哲学のありさまです。

この「絶対矛盾の自己同一」というようなことでも、これは本当に皆がやっていることで、平生やっていながら、それに実際は気がつかないでいるようなものです。

たとえば「柳は緑、花は紅」というようなことは、禅宗の坊さんがよく使う言葉であるし、だれでもがそういうことを言っているのですが、「柳は緑、花は紅」ということは、実は「絶対矛盾の自己同一」を言い表わしています。柳は柳で絶対に独立の実在だし、花は花で絶対に独立の実在で、花と柳というものは、これはおのおの絶対に違うものです。絶対に違うものでありながら、それが互いに通じ合う、そういう一つの実在が世の中にあります。

こういうことは、実際われわれ自身が本当に無心な状態になって、そして現実の万象に対するならば、おのずからわかってきます。たとえば主観と客観という問題にしても、主観は絶対に独立の主観であり、客観は絶対に独立の客観です。しかも絶対に相通うところのない対立です。よく男と女というものは永遠に交わらざる平行線だというようなことを言うが、本当にみな独立体としてみると、どこにも繫がりようがない、深い谷間を隔てた対立なのです。そ

ういう対立でありながら、その二つが何の苦もなく通い合っているのです。

そういうことは、たとえば、『善の研究』の中では「純粋経験」、主観も客観もない、主観客観が一体になる経験、純粋な主客一如の経験と言われています。まあ言ってみれば、こういうものは、子供の経験のようなものであり、子供の経験はちょうどこの「純粋経験」のようなものでしょう。ものをみるとき、我が無いのですから。ものをみるとき、子供は、ものになってものをみている。鳥を見れば、自分が鳥になって鳥が見えてくる。親を見るなら、親が自分になって見えてくるといったように、本当に無心、無我な子供といったようなもので見るならば、すべて一種の「純粋経験」というようなものなのです。

そういう「純粋経験」は、ただ子供の時代だけにあるのではなくて、大人になっても、実際はそういうものが根底にあります。しかし、だんだん大人になると、意識の働きが複雑な分化対立をしてくるから、直観的な意識ではなくなって、感覚、知覚と、思惟作用、考える作用、とか、悟性とか理性とかいうような働きとして分化し、互いに対立するような、一種の複雑な発展をとげてくる。そういう複雑な意識の働きだけに追いまわされていると、その根底にあって、かつて子供の時分には、もう誰でもが皆持っていた、この「純粋経験」の状態というようなものが、大人になるとすっかり忘れ去られています。

大人は忘れ去っていても、人間の生命の働きというものの根底は、常にそういうものを土台に持っており、気がつかなくてもやっているのです。気がつかなくてやっているそういうことを、大人が自分であらためて自覚をするということがむずかしいのです。実際は、やっていないのではない、無意識にやっているのですが、その無意識にやっていることを、複雑な意識の持ち主になった大人になってから、なお現在も、そういう働きを自分がやりつつあるということに気がつくことが大変むずかしい。

そのようなことが、哲学などの深い、絶対の原理というようなものの把握のむずかしさなのであって、それはなに

も理論のむずかしさとかいうことではない。気がつく方向が逆になってしまうから、前へ前へとばかり意識が進んでいく習慣ができあがってしまい、それをもとへもどして、振り返って見直すということが、なかなかできにくい。そういうところにむずかしさがあります。

しかし、今いっぺんそういうことに気がついて、本当に子供の無心と同じように、自分自身というものの本性に立ち返ってみることができるならば、再びそういうものをはっきりと、体験し直すことができるのです。

本当の自分というものは、子供などには無いのだから、自分がない、我が無いというのが本当の自分なのだ。言い換えれば、経験的に、あるいは概念的に考えている自分が、そういう自分を自分だと思いこんでいるのですが、本当の自分というものは、それよりもっと昔から、子供のときから働いていたようなもので、それが本当の自分だということです。

そのような、意識的に摑まえた自分、経験的知識的に摑まえた自我というものを、もういっぺん見直すことが必要です。そういう自我の働きというものは、実は自我から出てくるのではなくして、自我の無い子供のときのような、無我から出てくるものだということがわからなくてはなりません。本当の自分というものは、実はその本心は、無我なのだということです。

こういうことに、気がつかなければならないはずです。それにもかかわらず、理性的になってしまった人間にとっては、これはなんでもないはずのことなのであるが、それをつかむことが大変むずかしい。そのためには、また今度は、非常な努力、奮闘、それこそ体究錬磨というが、自分の五体を用いて、もういっぺん鍛錬に鍛錬を加えて、その自分の本性に立ち返ってみるという、努力をしてみなければならないことになります。

そのような努力の道というか、行の方法として、印度以来、坐禅などというものが考えられ、それが今日も、仏教の方の禅宗の宗旨になっています。坐禅というものは、足が痛いもので、ずいぶん苦しいものだ、といったようなこ

とになりますが、事柄は、苦しいことでも、面倒なことでもないのです。それほどの努力をし、苦しい努力をしないと、自分の本性を置き忘れてしまっているという状態を脱することができません。要するに人間というものは、意識がだんだん発達してくるに従って、複雑な意識の中に取り囲まれて、自分の本性のありかを忘れてしまうようになってしまいます。

近頃よく、人間性喪失ということが問題にされます。だんだん文明が進んで、複雑な機械文化が発達してくると、ますますそのような、文化的な活動というか、機械的な自然科学的なものの考え方のようなものが、一番正しい考え方のように考えられて、そのようなものへ心が奪われて、そして自分の本性のありかというものを忘れてしまう。いわゆる人間性の疎外現象が起るといったようなことが、いろいろいわれている。これは、人間というもの、そういう人間の意識の発達というものは、人間の本性の喪失を起しやすい危険を含んでいる、ということです。しかし、そのことは、なにも現代ばかりにあるのではなく人の世においては常にあったことなのです。これこそ、三千年前の釈迦、二千五百年や三千年前の印度や支那にもたくさんあったろうし、人間本性のありかを忘れるという、そういう事実は常にあったのです。

また文明の進んだ時代よりも、文明のあまり複雑にならなかった時代の方が、案外、人間本性の喪失というものがなくてすんだのかも知れませんが、近頃のような文明時代になると、そういうものがだんだん忘れられていってしまう。ですから、そういう方向への働きを、もういっぺんそのもとへ翻えし、複雑な働きのもとへ立ち返らなくてはならない。それに立ち返り、そこにもとづくのでなければ、人間本性というものに徹した生き方にはならないのです。

教育というものでも、結局その人間本性をしっかり自覚をさせて、そしてその本性の上に、あらゆる人々の、それぞれ唯一の人間としての持ち前の能力を、そこにもとづいて発達展開させて、そしてその個性独自な仕方で、他の人間ではとうてい真似ることのできない独特な仕方で、人間本性の価値をこの世に実現して行く、そうして、人類文化

の発展向上に何らかの意味において、それぞれの独特の個性の活動を通して豊かな価値を実現する、個性的な特色のある文化を作っていく、こういうふうに教えていくのが、教育ということになるでしょう。しかし、そういう場合に、やはり一番大事なのは、人間の本性の自覚です。人間の本性は、みんな持っていて、まさにそのためにとかく忘れがちになる、というようなものです。

そういうものを真正面からとりあげて、その本性の自覚というものに取組んでいくのが、実は禅宗の、坐禅の宗教の行き方です。あれは、姿勢を正しくし、生理的にも正常な正しい状態になり、心も正しい状態の心にしておいて、そうして、真の自分というものはいったい何かと、いろいろ複雑に発達する意識の働きにわずらわされないで問うて行く。意識の働きというものは、発達すればするほど、複雑な働きになる。意識の働きというものは伸びていくものなのだから、当然です。伸びていくのが悪いのではなく、それはどこまでも伸ばしていかねばならないが、そういう複雑な人間の精神機能というものをそのままにしておいて、そのもとへ返る工夫をする。そういう心の根本へ根本へと立ち返ってみる。言い換えれば、自分というものの本性に自分が徹するということです。本当の自分というものは、身と心と二つあるわけではありません。身の働きも心の働きも一つになって働くところが、自分の生命なのでしょうし、生命というものが肉体の生命と精神生命と二つあるわけではありません。肉体の生命と精神的な生命とまったく一つになって働くところが、本当の生命のあるところなのです。

問題は、そういう生命のありかというようなものに到達することです。生理的機能と精神的心理的な機能とが一つになって働くような状態、身心統一の状態というか、そういう身心一如の統一の状態というふうなところに、真実の人間本性のありかがあります。

そういうふうに、身心一如の統一活動が現われるように、一生命活動が現われるように、身心の統一をしていかなければならない。そういう身心の統一をしていくということは、要するに、概念的な自分というものを忘れて、真実

の自分に自分が成り切ることです。そういう真実の自分に自分が成り切ってみる。なかなかこれはむずかしいこと、ずいぶん努力を必要とすることですが、それに成り切ってみると、不思議なことに気がついてきます。

自分が本当に自分の性根にたち返るというと、不思議に自分というものが消えてしまう。自分が自分に成れば自分が無くなっていくということ、これは、普通の精神現象についても言えることです。白い色に自分が成り切ってしまったら、白い色も無くなってしまうのです。そういう意識現象だけでなくて、自分の存在そのものについても、身と心を持った自分自身の存在そのものについても、それと同じ道理があります。

自分の存在そのものは、そういう風に消滅するものなのです。真の自分というものは、自分の無いものだという、その自分の無いものの働きが本当の自分の働きだといったようなことが、だんだんとわかってくるものです。だんだんとわかってくるだけでは、ただ一種の意識的な精神的な自分というふうなものの意味がわかったというだけのことにとどまるわけですが、それをもっと徹底していくと、実際身心一如の統一の状態になり、一切の意識現象やら、そういう現象やらというものを忘れ去って、根本へ根本へと進んでいくと、その根本に行ったら、そういうさまざまな意識現象というふうなものも、起らないところが出て来るのです。心のさまざまな妄想、妄念というか、そういうものも消滅してしまうところがある。そういうところを徹底し抜くと、まことに自分というものはありません。消滅してしまうのです。もう無としかいえない状態が出て来るのです。「絶対無」というふうなものは、実際は自分の本体に自分が接するというような、そういう方法で一番よく体験されて来るものだと思います。

われわれが目にし耳にしている、いわゆる五感の上に現われている諸現象とか、その現象として知覚される肉体的な存在とか、あるいは、心理的な知覚の諸現象とかというようなものがもとになって、一つの概念、つまり自我概念というものが、経験的につくられていきます。そういうふうな自我概念は、われわれが本当の一番の実在だと考えていたものであるが、そういうものがすっかり浮いたものになってしまう。平生の自我の概念というものが、まるで幻

みたいになる。そうして、真の自分というものは実に何も無いという体験が、ここにでてくるのです。

しかし、そういう体験を純粋にするということはむずかしいことと思うのですが、これは長年努力をしていかねばならない。そういう体究錬磨を必要とするものです。しかし、そういうことは、仏教はもちろんですが、儒教にでもなににでも、東洋の教えというものに共通したことです。

真の我というものは私が無い。無我であるとか、無心であるとかいうことは、東洋の学問には共通していることだと思います。われわれ日本人でありますと、そういうことは、だれしも身近に自覚される、少なくとも意識されるものです。それを本当に自覚をするということは、なかなかむずかしいものでしょうが、われわれ日本人には、そういうところに至る手掛かりが身近に与えられていると思います。

ですから、本当の我は私の無いものだ、無我が本当の我だ。そういうことがわかってきて、実際、その無我の自分という、その立場、状態になって、そして物を見廻すというと、平生の経験的な意識で見ているのとは違う、いろいろの驚くべき実際の経験が出て来るものです。

本当に自分無くして物を見るというと、物の本体が自分にかわってくる。私無くして山をみれば山に、自分の本体が見えて来ます。私無くしてというのは、私自身というものは無なのです。本体というものは、なにかよく現象と本体という風に区別されるが、本体というものは何か固まってあるというように考えられています。西洋流でいうと、そういう本体というものは、理性概念というか、理念というものであらわされます。

哲学書をみると、本体というものは理念として捉えられている。たとえば、カントの人格というものでも、それはその人の本体、私なら私の私自体である。私自体というものは、カント哲学でいえば、「物自体」ということになる。人間のすべての人の本体というと、それは人間そのものということであり、人間そのものというものは現象ではないのです。われわれがみているのは、感覚の上にあらわれている限りの人間、つまり現象としての人間です。それに対

して、人間そのものというものは、なんだか考えられるけれども、われわれには認識できないということになります。つまり「物自体」、従って人間そのものは、カントの認識に従えば、人間的認識の限界となっています。

だからして、そういう現象を通して、感覚的に知ることのできるものだけが、確実に知り得るもので、そういう感覚の対象ではない、感覚の起ってくる根本になる本体というものは、これは認識のできないもの、認識できないけれども、理論的にどこまでも考えて行くことができるものであり、考え得るものです。普通の意味での認識の対象にはなりませんけれども、理性で理論的に正しく考えられ得るものです。そういうものが理念ということになります。

ですから西洋流の哲学でいうならば、そういう本体というものは、多くの場合、一種の理念とされます。カントが人間の本体としての人格性というものを論ずる場合でも、理念としてそういうものが考えられています。しかし、そういう何か理念というふうな意味のものが有ると思ったら、間違いです。

東洋ではもう一歩突込んで、理念というものはやはり頭で考えられたものであって、実在するものそれ自体とは違うのです。実在するものそのものは、体験的にいえば、そういう概念でもなければ理念でもないものです。生きて働くその働きそのものなのです。理念をもって言い表わしたら間違いになるし、何らか名前を与えたら、何かその名前に限られて、名前がもついろいろな意味から、それが限定されてしまう。それは決して、実在そのものというわけにはいかなくなる。そういう意味で、名前や概念を絶するものなのです。実在そのものということになれば、それを東洋的に言えば、絶対に無なるものなのです。本当の心というようなものでも、その絶対の心のあり方というものは、絶対の無としてあるものです。われわれが心として意識するというならば、その絶対の無の働きが心の意識の中に現われて、いろいろの意識現象として出て来るのです。

そんなわけで、そこのところに大変違う点があります。同じ人格という問題をとっても、西洋流に考えて人格を理念的なものと解する捉え方と、東洋的に人間の本性の最も深い根原に入ってそこで、人間人格の最深の原理というも

のを捉えようとする捉え方と、たいへん行き方の違いが出て来ます。
しかし、理念として言い表わされているものが、体験の上ではどういう事実をさすものかということは、それはめいめいの体験で、はっきり区別も自覚もされてくるものです。
要するに、この本当の自己なら自己というふうなものを、徹底して自分の中に自覚を深めていくならば、その自覚の一番根底に、絶対の無の働きというか、絶対に無なるもの、絶対の無我とか無心というほかはなき実在そのものの生きた働きの自覚というものに到達するのです。その自覚に立って、我を忘れ、我を無くしてものをみるというと、すべての対象として現われてくるものがみな一種の我という意味をもってくるということです。
自分の本体というものは、絶対の無なのです。その絶対の無の自覚というものができるというと、自分以外のものもまた、それは客体ですが、それが自分という意味をもってくるのです。
こういうところに、絶対体験というものの独自な性格がある。山を見るならば、山に自己の意味が見える。花を見れば、花に自己のイメージが見える。いいかえれば、山というものに、本体的意味を見出すならば、その山の本体は自分の本体と何も変わらない。柳を見て、柳が一つの緑の色を垂れて、そこに立っているというならば、そうしてそこに本体的な意義を見るならば、その本体というものは、自分という色をもって現われて来るのです。
私無くして事物をみれば、事物の本体というものが、すべてみな自分という意味を持って来る。そして、自分という意味を持つその自分は、実は絶対の無という意味を持つということなのです。われわれは柳において、柳の本体において、絶対の無を見る。花において、花の本体に絶対の無を見る。山を見ると山において、山の本体に絶対の無を見る。流れる川の流れを見ると、その流れる川の本体に絶対の無を見るというわけなのです。すべて自分というものの本体性に、絶対の無というものが見える。本体性というものは、すべて絶対の無の意味を持って現われて来るということです。

これは実に愉快なものです。子供は朝から晩までやっているのであり、二、三歳の子供を見ればすぐにわかります。たとえば、汽車はどうかと尋ねると、むくむくという。もう自分が汽車になって、ここからこう煙を自分が出している。汽車を説明するときは、もう子供は汽車になっていて、自分が煙を出して見ている。象はどうかと言うと、さっそく自分がこうやって、鼻を広げて動かしている。子供は、自分が象になるのでなければ、象を摑めない。だから、子供が象を摑むときには、自分が象になってしまっているのです。

子供はすべて事物をみるときに、事物になってしまうのです。なぜ自分が自分以外のものになれるか。無我だからです。我が無いからです。絶対に無なるが故にであり、絶対に無に成るから、物に成り切れるのです。

ですから、絶対に無になる、たとえば人のことを考えるならば、その人の身になって考えなければいけません。子供の教育をするなら、子供の身になって、成り切って子供をみてやらなければだめです。これはだれでも知っていることです。

ところが、その子供になってみるということが、頭ではそうしなければならないと思っていても、なかなかできないものです。そういうことが当り前にできるようになるためには、自分が絶対の無になることができねばならない。自分の絶対無の本性というふうなものを鍛え上げて、その絶対の無の自分に成り切ることができて初めて、子供の身になるということができるのです。それもただ努力をして子供の身に成ったような気になるというだけでなくて、事実子供になってしまえるくらいな、絶対的な成り切り方があります。これは絶対的な無我というか、そういうものに自分が徹することができればできるほど、そういうことが当然になるのです。子供が自分とすこしも変わらないものになるという、そういう世界が現われて来るということです。

ここが「絶対矛盾の自己同一」なのです。私と私ならぬものとは、絶対に相交わることのない赤の他人で、そうしてその間には越えることのできない溝のあるものなのです。そういう風に、絶対的に考えれば考えるほど、絶対的な

対立になるのです。そういう絶対的な対立になりながら、絶対的対立が自覚されれば自覚されるほど、繋がるものなのです。私は他人に成り切れる。二つが絶対に対立しておって、しかも繋がる。非連続であって、ちゃんと連続する。

こういうようなことは、誰でもよく体験できます。努力をすればわかることでしょう。そういう体験的理解をよりどころにしながら、たとえば、「絶対矛盾の自己同一」の西田哲学というものを読んでいけば、いかにその主観客観の絶対対立と、それを媒介する、つまり「無媒介の媒介」をする絶対の場というようなこともわかると思う。絶対の主観とか絶対の客観というならば、その絶対性の根底が自分であって、しかもそれを媒介する無媒介の媒介の場がまた自分なのですから、真の我というものは、ある時は場であり、ある時は主観の絶対性、あるいは客観の絶対性です。絶対の無というものが、我であるということは、媒介者が我であり、絶対の自分の絶対性の根元が我であり、他人の絶対性の根元が我であるという、そういう矛盾が事実成り立つのです。

絶対に矛盾しておってしかも繋がるという、繋がらないで繋がるというようなことが、何の無理なくそこに出て来るのです。だから、柳は緑というならば、本当に柳は緑という本体を、柳に成り切って掴まねばならない。そういう掴み方は、柳は緑である、緑の柳が柳である、と思っているかぎりは、できない。柳は緑でないということであり、柳の本体は絶対の無であるということです。だから柳は緑ならずです。そういう絶対の無なる柳というものがわかってくるから、その無なるものを緑の色に現わしている。表現しているという意味がでてきます。

柳はそういう絶対の無を、緑という感覚的な現象において現わしています。だからして柳は緑という。これは絶対の無なるものが、柳という色と形を通して、自己を表現するということになるのです。

花もそういうことです。花は紅ならずということが、はっきりわからなければならない。紅なる花というものは、絶対の無であるとか、空であるということがわかって、その花の本体の絶対性が空だという、無だということになります。まあ、空と無とは使い方はいくらか違うでしょうが、根本的には同じものを示すと言っていいと思う。そうい

うものがわかって、花は紅ならずという、絶対の否定を通してみてはじめて、その花がおのれのいのちを、絶対無のいのちを、紅という色でそこへ表現しているということがわかる。その生きた花の現実の姿というものが、あらためて摑み直されるのです。

ですから「柳は緑、花は紅」ということは、AはBであり、CはDであるといったような、ただ論理的の意味ではなくて、東洋的にいうならば、絶対無の自覚の上から出て来ることであり、そういう深い意味の表現ということです。深いところに、「絶対矛盾の自己同一」があるわけです。

そういうふうにして、絶対弁証法とか、「絶対矛盾の自己同一」とかというふうなものを、体験的に摑まえて、そうして西田先生のあのような書物を読めば、よく理解もできていくと思います。歴史的な世界とか、文化的歴史的な社会とかいうふうなものも、今言った絶対無の表現という意味を持ったものだということになります。絶対無の上から言えば、すべて山は山の本性を表現し、川は川の本性を表現し、すべて一種の表現の世界になります。形無きものが、形無き本体を形あるものの中に現わし、無形なものが有形な形をとって現われているという意味が、そこにあります。現実の実在の世界というものは、そういう意味での表現の世界ということになるのです。

絶対無というもの、これはもう私の絶対の根底でもあるが、柳の絶対の根底でもあります。あなたがたの絶対の根底でもあります。絶対無の根底というものは、全世界全宇宙の根底というふうなものと一つのものです。そうすると、宇宙の事物というものは、すべて宇宙の生命を、それぞれの事物の異なった現象という形で、われわれが感覚し得るさまざまな形で、表現しています。そういう意味で、この歴史的な現実の世界というものは一つの表現の世界だ、と言うことができます。そこから人間のいろいろな文化的な、文化創造の問題というようなものが、絶対無の自覚を根底にして、その表現として論ぜられるということになるのです。

そして、こういう絶対無というふうなものが体験されますならば、われわれは、山を見て山の絶対無の本体を直観

し、人を見て人の本体の絶対性を直観するということになります。この絶対無の直観というものが、すなわち智慧というものです。ウィズダム（wisdom）というものです。普通の知識というものは、ナレッジ（knowledge）というものです。知識は、われわれが感覚と概念とで論理的に構成するものです。それに対して、絶対の無の絶対性の上から、自己の本体の絶対性、他人の本体の絶対性、実在する万象万物の本体の絶対性といったようなものは、絶対無の直観として捉えられます。そういうものは智慧といわなければならない。プラトンなどでいうイデアを観るということも、最後的にはそういう直観、智慧となるはずのものです。そういう智慧が、やはり教育などでは一番大事でしょう。

現象をみて、現象だけを寄せ集めて、一つの概念を造って、子供を理解しようとしますならば、子供を理解しそこねることがずいぶん多い。ですから、そういう形に現われた諸現象を通して、子供の性格を理解するということも必要ですが、しかし、それを確かめる一番基礎になるものは、やはり子供の本性、本体を見て取る智慧というものです。そういう智慧は先生方も持たなければなりません。それは知識というものからいうと、はなはだ不完全かも知れません。しかし、いのちや魂を直観的に摑まえているという点では、実に深いものです。そういう深い智慧で、本体というものを自覚して、そして同時に現象を通して、その本体の正しい理解というふうなものに至るということが、必要でしょう。

絶対無の自覚というものが、有るというようなもののもとです。絶対無になってみると、すべてのものがおのれと見えます。すべてものを見るのに、ものに成り切ってしか見えないということです。これは、ただの同情だとか感情移入だとかいうような心理的な作用とはまた違います。感情移入というような心理学的な説明の仕方もあるでしょうけれども、その事柄それ自体は、そういう説明よりもっともとになるものです。感情移入をする前に、われわれのこの絶対無の体験からみれば、ものと我とは本質的に繫がっているのです。

その繫がりが、実際は愛というものの根本です。われわれの前に現われるものをすべて我として見るということは、

すべてを愛することです。自分が自分を愛するがごとく、自分以外のものが自分と同じように見えるということです。他人が自分に見えて、自分を見るのにまた他人と同じように見える。絶対公平に自他を見るということ、それが智慧であると同時にまた愛なのです。

そういう智即愛というのでないと、本当の愛にはなりません。そうでないと、どうしてもやはり、好き嫌い、感覚的な好悪の情というものが、愛を支配するようになってしまう。そういう感覚的な好悪や好き嫌いというものも働くでしょうが、それが根本になってはいけません。感覚的な好き嫌いとか、主観的な好悪の情とかを超えて、ただ人を愛する、つまり人類一如の愛というふうなものがあります。これは人間ばかりに限られるのではなくて、仏教ではもろもろの衆生を愛する、生きとし生けるものを愛するということになります。否、さらに、生けるものばかりではない、物だってみな同じ絶対無の本性を現わしている物ですから、石は石で、絶対の本性を現わしているものなのですから、無機物も有機物も、植物も動物も人間もみな、その愛の中に包まれます。そういう万象に通ずる愛というものが、東洋の古い哲学的な考え方の中にはあると思います。

聖人になれば、その愛が禽獣にまで及ぶということがよく言われていますが、聖人だけがその愛を持っているというのではなくして、誰でもがみな、正直自分の本心・本性に立ち返って、この実在界を見ますならば、一木一草、草木鳥獣、人類のあらゆるものを、そういう一如の愛情を以って見ざるを得なくなります。そういう境涯というふうなものが出て来ると思います。

そのようなことも、これは体験というものの一つの例ですが、カント哲学を読む場合でも、ヘーゲル哲学を読む場合でも、読む人自身の生命の根本に立ち返ったところで出て来る体験、そういう体験をもとにしながら読んでいくことができます。そういう読み方をするならば、哲学書というものは、自分の体験を一々ていねいに注解してくれる注釈書のようなものです。自分で感じていたものを、学問的にちゃんと注釈をしていてくれるというふうになってきま

す。世界の哲学書は、われわれの体験のたいへん大事な注釈書になっていくでしょう。

それをもって、自分の体験の間違いでなかったということも確かめられる、また自分の思い違いや、思い上がりというものも気づかせられる、あるいはまた、少し見当違いだったな、ということも反省せられます。そういうふうになりますと、哲学を読むということは、本当に一日も欠かすことのできない楽しみでもあり、勉強でもあり、そしてお互い教育の仕事でもしようとする場合には、生きた血となり肉となって働くものになります。

よく哲学をやられると、むずかしい言葉をやたらに使いたがりますが、本当の哲学の生きた働き方というものは、そんな概念の概の字も忘れて、幼稚園の子供に哲学の深遠な原理を教えていかねばなりません。小学生の鼻たれ小僧の鼻もかんでやり、便所の作法も教えてやり、ときには尻も拭ってやらなければなりません。そういうことをやりながら、その人間の崇高な人格性というものを、あやまたないように指導していくには、先生の方にやはりそういう体験の基準というものが、つまり確信というものが、ちゃんとなければなりません。そういうところで哲学というものが生きて働いていかねばなりません。

ですから、哲学を勉強して、哲学概念の論理体系を背負って歩いたのでは、教育にならないのです。そういう論理体系を背負って歩くのではなくて、そんなものはみんな自分の血の中に溶かしてしまって、そしてそれを自由自在に働かしていくのでなければ、毎日毎日の教育の仕事にはならないと思います。そんなふうにして、皆様がますます、哲学研究を活発にやっていただくことを願います。

禅と社会生活

辻　雙明

一

「参禅問道は自己を明究す」（『碧巌録』）と言われ、「成仏の道とは、自心を悟る是れなり」（『抜隊仮名法語』）と言われる。禅は自己ないし自心の徹底的な究明をその本質とする。また、中国禅宗初祖の菩提達磨と二祖の神光慧可との間の問答は、心を求め心を安んずるということであったとされている。自己の心を徹底的に探求し、自心の究極の根源に徹することによって、いわゆる大安心を得ようとするのが禅の立場である。それゆえに『六祖壇経』にも「自らの本心を識り、自らの本性を見」ることによって「不生不滅なることを得べし」と説かれている。すなわち禅は、通常外に向かっているわれわれ人間の眼を自己の内へと向ける道であり、いわゆる「回光返照」の道である。このように考えるならば、禅の道は、どこまでも孤独の世界のものであり、反社会的・反俗的な性格を強くもった道であると言うべきである。

道元禅師は『普勧坐禅儀』の冒頭の一節の中で、

矧んや彼の釈迦老子の生知たる已に六年端坐の跡在り、達磨大師の心印を伝ふる更に九歳面壁の蹤を貽す。古聖

既に然り、今人盍ぞ弁ぜざる。

と述べている。釈尊修行時代のヒマラヤ山中における「六年端坐の跡」、また達磨大師がインドから中国へ渡来したあと、嵩山の少林寺に隠棲して「九年面壁の蹤」を貽したということは、「今人」すなわち現今の禅を学ぶものにとっても標榜となるところであるというのである。雪山の「六年端坐」や嵩山の「九年面壁」は、ともに人間社会に背を向け、孤独に徹した生活と言うべきである。

現在、多人数集まって禅の修行をしている僧堂においても、「隣単を見ず」ということが貴ばれる。長い月日のあいだ隣りあって坐禅をしていても、その隣席の者が誰であるか知らないというのである。僧堂という一つの社会を形成するのであるから、そこに居住する者に対しては和合ということが強く要求されているのであるが、しかし禅の修行者としては各自孤独であり、孤独の底に徹しなくてはならないと教えているのである。

禅という仏教漢字は、古代インドの俗語チャーン（jhān）の音を写して使われるようになったもので、このチャーンはチャーナ（jhāna）から転化してできた言葉であり、チャーナの雅語はディヤーナ（dhyāna）である。このディヤーナという梵語の本来の意味は「深く考えること」であって、英語では meditation（瞑想）と訳され、また、静慮と漢訳されている。（宇井伯寿博士、辻直四郎博士による。）しかし、この静慮の「静」は、仏教語としては、単なる「動」に対するところの「静」ではなくて、「涅槃寂静」という仏教語などにおいても見られるように三昧を意味する言葉であって、静慮とは「三昧における思惟」であると考えられる。このようなインドのディヤーナを起源とする禅は、徹底した孤独の中の学行であって、この一面から見るときは、禅はきわめて反社会的な性格をもったものと言うべきである。

「閑かなる処に在って、其の心を修摂し、安住不動なること須弥山の如くせよ」という『妙法蓮華経・安楽行品』の

中の一節は、禅門の人々に広く読まれる『坐禅儀』の中に引用されている。また『坐禅儀』の冒頭には「諸縁を放捨し、万事を休息し」とも説かれてある。人間社会の「諸縁」「万事」すなわちいろいろな関係や仕事に背を向けて「面壁」し、孤独に徹して「真の自己」を究明する、このことは、古今を通じて禅の道を歩む者に強く要求されているところの一事である。

百丈懐海禅師に「独坐大雄峰」という周知の一句がある。「如何なるか是れ奇特の事」という問に対しての言葉である。また、永嘉大師の『証道歌』には「常に独り行き、常に独り歩む、達者同じく遊ぶ涅槃の路」と詠まれている。そこには、いずれも「独り」ということが強調されている。この「独り」は、もちろん、相対的な自己の立場を超脱し、「天上天下唯我独尊」と言われるような絶対的自己の立場に至り、しかも、それをも超越した、いわゆる「平常無事」の境涯における「独り」ではあるが、しかしとにかく、「独坐」とか「独行」とかという言葉には、孤独に徹するという禅の一面が強く表現されていると思われる。

馬祖道一禅師の法嗣の一人である龐蘊居士などは、家業であった儒者の職を捨て、居所なども、あちらの巌の下、こちらの小舎のなか、あるいは門の上、また村里などを転々とし、霊照という名の一人娘といっしょに笊を作って売り、それによって口に糊しつつ、しかも人生を最高度に楽しみ、今なお愛誦せられるような優れた偈頌を残していったのである。

「呵々として雲外に笑う」とか「白雲影裡、笑い呵々たり」などと言われるが、禅門の客には、社会生活から超然として「個」に徹し孤高な生活の中に生きた人が多い。このことは、禅の本質が、真の自己を徹底的に究明し、心の深い安らぎを無上の喜びとして生きるということにあるからであろう。しかし、単に反社会的に孤独に徹するという方向だけが禅者の道であろうか。

かの南陽慧忠禅師などは、六祖慧能禅師の法を嗣いだあと、南陽の白崖山の党子谷という所に居住して、「四十余年、山門を下らず」と言われるような遁世的生活をしていたが、その道行が帝都にまで聞こえ、ついに唐の粛宗皇帝の懇請によって京洛に出ることとなり、千福寺また光宅寺などという寺院に住すること十有六年、その間、粛宗、代宗皇帝などから篤く師事の礼を受けたと伝えられている。

日本の禅宗の中でも、最も傑出した大宗師の一人と思われる宗峰妙超（興禅大燈国師）なども、南浦紹明（円通大應国師）の法を得てから二十年間も「聖胎長養」していたが、その間、京都の賀茂川原の乞食の群の中に混入していたこともあり、このような反社会的と言うべき生活の中から、たちまちにして、当時の社会の一つの中心であった天皇家にむかえられて「出世」、京都紫野の大徳寺を建立し、花園・後醍醐両天皇の帰崇を受け、当時の社会に対して大きな影響をあたえることとなったのである。

大燈国師の法嗣である関山慧玄（無相大師）は、嗣法のあと、世間から全く韜晦し、美濃の国の伊深の里にあって牛飼いなどをしていたが、ついに花園上皇の勅使のさがし求めるところとなって京都に上り、妙心寺の開山第一祖となったのである。そして、数多くの日本臨済禅の流れの中で、この大應・大燈・関山の法系だけが、愚堂・無難・正受・白隠を通して今日にまで伝えられている。

これらの歴史上の事例に見られるように、反社会的な孤独に徹する道を歩いていた禅者が、忽然として一転し、それぞれの時代の社会的中心部へと「出世」し、その時代の社会に大きな影響をあたえたということは、果して、禅そのものに、そのような必然的な契機が内在しているためであろうか。

二

「直に自性を証すれば、自性即ち無性にて」（『白隠禅師坐禅和讃』）などと言われる。禅の立場においては、自己の真

性は、「無性」すなわち自己なき自己であり、「本来無一物」と言われるような「無一物」の自己である。それは、自己という限界の中から絶対にそれを超越した自己である。この「無性」なる自己は、自己否定の極致において自覚される自己であり、このような「真の自己」においては、実は、一切の他者がすなわち自己となるのである。それゆえに「一切の語言・山河大地、一一転じて自己に帰す」（百丈懐海）などと言われる。このような禅の境涯においては、空行く雲も、遥か彼方の月も星も、みな、ことごとく自己なのである、このような自己を、至道無難禅師は、

　　天地のほかまでみ（満）つる身なれども
　　　雨にもぬれず日にもて（照）られず

と詠んでいる。

また、無難禅師は、

　　身も破れ心も消（え）てなけれども
　　　むかへる物のしな（品）にまかする

とも詠んでいる。いわゆる身心脱落の境涯においては、有限相対の自己の意識が超脱されるのであり、したがって、他者と自己との対立の意識がなくなり、無限絶対の「真の自己」が自覚されるのである。これこそは禅経験の基本であるが、このような自己は、空間的に一切の限界を超越するだけでなく、時間的にもその限界を超えるものである。それゆえに禅門では「父母未生以前、汝、本来の面目」などと言われるが、無限と言ってもよいほどに長い生命を有する「過去七仏」とか、永劫の未来に出現して衆生済度にあたる弥勒菩薩とか、また「無量寿仏」であり「無辺光仏」である阿弥陀仏は、禅の立場においては、時間と空間を超越した「真の自己」の象徴的表現として受けとられるのである。

要するに、「真の自己」の究明に徹し、「無一物」の自己（相対的な自己という限界の中に在りながら、しかも絶対

にその限界を超越した自己）このような自己の真性を体解する時は、空間的にも時間的にも一切の限界を超えて一切の他者が自己となるのである。

すなわち、禅においては、内に向かって徹底的に自己が追求され、それは窮極において、自己の死、「生きながら死人となる」というところまで到るのであるが、このように自己が否定し尽されるときは、自然に、そこに絶対の転換いわゆる「心機一転」が起こり、徹底的に内に向かっていた心が、一転して外に向かい、限りなく自己が拡大されるのである。すなわち一切の他者（自然界におけるものも、人間界におけるものも）が自己となるのであり、「天地と我と同根、万物と我と一体」（『碧巌録』第四十則）などと言われるような「自他一如」の境涯が現前するのである。

このように考えるならば、孤独の底に徹する禅における自己究明は、実は、他者への働きかけへと必然的に転換する契機を、自らの内に包蔵しているはずである。それゆえに、

菩提心をおこすといふは、おのれいまだわた（度）らざるさきに、一切衆生をわたさんと発願しいとなむなり。そのかたち（形）いやしといふとも、この心をおこせば、すでに一切衆生の導師なり。（『正法眼蔵』・発菩提心）

などと言われるのであり、一見しては矛盾と思われるような道元禅師のこの言葉にこそ、禅の立場における自己と他者との関係が明らかに示されているのである。禅の「自他一如」の立場においては、無我を志向しての学行は、必ず一切の存在への慈悲行として実現されなくてはならないはずである。慈悲行を欠如しているような学行は、実は虚偽のものと言うべきである。無我即慈悲・慈悲即無我的な生活の実現に精進してこそ、その無我への修行も、慈悲の行ないも、真実のものとなるのである。すなわち、自己の真性に徹しようとする禅者の内向的な孤独な心行と生活の底には、実は、それとは全く逆の方向の、他者への働きかけ・社会における活動の心機が、常に包蔵されていなくてはならないはずである。

廓庵和尚の『十牛図』は、牛にたとえて禅の道における修行の階梯と禅者の境涯の進展について述べたものであるが、最初は「牛を尋ね」世間にそむいて山に入った求道者が、ようやくにして「牛の跡を見」、「牛そのものを見」、ついで「牛を得」、「牛を牧し」、やがて「牛に騎って家に帰り」、ついには「人も牛も倶に忘れて」いわゆる一円相の境涯に至り、さらに「水は自ら茫々、花は自ら紅」という心境に至るのであるが、一番最後の第十図においては「入廛垂手」、すなわち「自己の風光を埋めて」和光同塵、いわゆる「悟了同未悟（悟り了れば未だ悟らざるに同じ）」の境涯で「酒肆魚行」、すなわち酒店へも行けば魚屋にもはいり、「灰頭土面」で世間の塵や泥をかぶりながら凡愚な者と同じ生活を営んで行く。

真の自己を徹底的に追究するために、現実の人間社会に背を向けて孤独超俗の生活に入った禅の修行者は、真に見性悟道・大悟徹底したならば、ついには、その悟りをも捨て去り、いわゆる「悟りのサの字もない」洒々落々の境涯に至り、平々凡々な一個の人間として市井の中へ出てきて、世塵にまみれて生活すべきである。しかも、その底には、「柴門独り掩うて千聖も知らず」というような「孤峰頂上」に独坐する底の境涯、すなわち孤独・超俗に徹して「専一に己事を究明」し勇猛精進する生活がなくてはならない。それゆえに「仏は常に世間に在って、而も世間の法に染まず」とも言われるのである。「十字街頭」の中の「孤峰頂上」、「孤峰頂上」の中の「十字街頭」、すなわち現実の社会生活の中に在りながら、しかもそれを超越し、現実の社会生活を超越しながら、しかもその中に生きるということ、このことこそは、真の禅者が求め願うところの生活態度の基本でなくてはならないと考えられる。

三

前節において、廓庵和尚の『十牛図』の「入廛垂手」について言及したが、「入廛垂手」に表わされた禅者の生活には、なお遁世的な傾向が強く、世間から孤立した生活を営みつつ、その超俗の高所から遥かに「手を垂れて」いる

という感じが深い。そこには、現実の人間社会の真っただ中においての禅的生活というものが感ぜられない。

インドにおける禅が寂静の中の瞑想を意味していたのに対して、中国に発達した禅は、「臨済の喝、徳山の棒」に象徴されるように、単なる瞑想から脱却して、三昧の中の働きを尊重し、さらに百丈懐海禅師の「一日作さざれば一日食らわず」という一句にあらわされているような勤労生活の中の禅の強調となり、趙州従諗禅師の「万法、一に帰す、一、何れの所にか帰す。我、青州に在って一領の布衫（一枚の麻衣）を作るに重きこと七斤」（『趙州録』）という問答に表現されているような現実生活の中の禅の提唱となった。しかし中国においては、通常の社会生活の真っただ中における禅というものは、実際には、大きく発展しなかったと見るべきではなかろうか。

ただ、臨済義玄禅師の禅風には、現実の社会の中へという志向が強く表われているように思われる。中国の禅者の多くが山中に居住し、したがって、某々山の某和尚と称せられているのに対して、臨済禅師は、正定府の近傍の滹沱河の渡船場の近くの臨済院に住し、それゆえに「臨済」という名があるのである。その語録の中にも「三途の地獄に入れども園観に遊ぶが如く、餓鬼・畜生に入れども而も報いを受けず。何に縁ってか此くの如くなる。嫌う底の法無ければなり」というようなすさまじい言句がある。「恐怖の世」などと仏典の中で言われるところの、人間社会の真っただ中における禅の提唱ということが、そこに躍如としているように受けとられる。

『臨済録』巻頭の第一句は「府主王常侍、諸官と師を請じて升座せしむ。師、上堂曰く、……」となっているが、府主や諸官を前にしての上堂、『臨済録』がここから始められているということも、決して単なる偶然とは考えられない。中国禅の諸流のうち、臨済禅だけが、今日の日本に、したがって現代の世界に、わずかに、その命脈を保っているのであるが、これは、その禅風が、このようにきわめて大乗的なためではなかろうか。

この臨済禅を中国から日本に伝えて、広く永く布教伝道される基礎を築いたのは、大應・大燈・関山の三大禅師であるが、これらの禅僧は、いずれも鎌倉また京都という当時の首都に接する地に居住し、天皇家を始めとして、当時

の社会の中心部に向かっても伝道したのである。その道力の傑出していること、日本の禅者の中でも比類まれなと思われるような、これらの大宗師は、一面においては、高く厳しい「孤危険峻」な「銀山鉄壁」的存在であったと同時に、他面、現実の社会に対しても単に背を向けるということはせず、その接得にも力をそそいだのであった。

このようないわゆる「應・燈・関」の臨済正宗は、関山慧玄禅師から十二世を経て愚堂東寔禅師に伝えられた。愚堂も天皇家の帰崇を受けた人であるが、その法嗣である至道無難禅師は、数え年五十二歳まで通常の家庭生活、また社会生活を営んできた人であり、その法語には、現実の人間の姿への直視から生まれた言葉が多い。

道といふことばにまよふ事なかれ
あさゆふをの（己）がなすわざ（業）としれ
なにごとも凡夫にかはる事はなし
仏祖といふも大魔なりけり

などと詠み、平凡な人間の営む通常の現実生活・社会生活の真っただ中における禅ということを強調している。

無難禅師の法孫の白隠禅師は「五百年間出の大宗師」などと称せられるほど傑出した禅僧で、現在の日本臨済禅者は、ことごとく、白隠禅師の法系に属しているのであるが、その白隠禅師は、次のように提唱している。

吾が正受老人常に云く、不断坐禅を学ばん人は、殺害刀杖の巷、号哭悲泣の室、相撲掉戯の場、管絃歌舞の席に入りても、安排を加へず、計較を添へず、束ねて一則の話頭と作して、一気に進んで退かず、譬へば、阿修羅大力鬼に肘臂を捉へられて三千大千世界を遶ること千回百匝すと云へども、正念工夫、片時も打失せず、相続不断なる、是れを名けて真正参禅の衲子とす。（『遠羅天釜』）

これは極限的な理想を述べて学人を激励したものであって、平凡な常人の立場からは、いささか誇張した文章のようにも受けとられるであろうが、要するに、厳しい現実生活における逆境の中の工夫が、禅者としては非常に大切で

あるということを強調したものである。ついで白隠禅師は、現実の社会生活から逃れて、単に閑静な場所で坐禅をして禅定を楽しむような小乗的修行者を厳しく叱咤して、

> 若し夫れ諸侯大夫は朝覲を怠り国務を廃して枯坐黙照し、武夫は射御を外にし武術を忘れて枯坐黙照し、商賈は戸店を鎖し算盤を砕きて枯坐黙照し、農夫は犁鋤を擲ち耕耘を止めて枯坐黙照し、工匠は縄墨を捨て斧斤を抛ちて枯坐黙照せば、国衰へ民疲れ、賊盗頻りに起つて国其れ危からんか。然らば則ち衆民瞋り恨みて必ず云はん、禅は窮めて不祥の大兆なりと。（中略）蓋し斯く云へばとて坐禅を嫌ひ、静慮を謗るにし非ず。大凡一切の賢聖、古今の智者、禅定に依らずして仏道を成就する底、半箇も亦無し。夫れ戒空慧の三要は仏道万古の大綱なり。誰か敢て軽忽せんや。（『遠羅天釜』）

と言い、さらに次のように、現実生活の真っただ中における「正念工夫不断坐禅」の貴さを説いている。

> 是の故に祖師大慈善巧在って、此の正念工夫不断坐禅の正路を指す。諸侯は朝覲国務の上、士人は射御書数の上、農夫は耕耘犁鋤の上、工匠は縄墨斧斤の上、女子は紡績機織の上、若し是れ正念工夫あらば、直に是れ諸聖の大禅定。此の故に経に曰く、資生産業、皆与㆓実相㆒不㆓相違背㆒と。

この「資生産業、皆、実相と相違背せず」という一句は、白隠禅師が非常に尊重した仏語の一つであって、これこそは白隠禅の骨髄を露呈したものであると思われるが、それは、政治・経済・文化などの一切の人間生活が、正念・正定の中において営まれる時は、それらの人間生活が、そのまま宗教的世界のこととなり、そのまま禅の生活となるというのである。「正念工夫不断坐禅」という一事が、その根底に確立しているならば、一切の現実生活すなわち禅、一切の社会生活すなわち禅であるというのである。ただし、この「正念工夫不断坐禅」ということは、きわめて難かしいことであって、長年にわたる勇猛精進いわゆる百錬千鍛を経ても、なおかつ、その実践は容易ではない。ここに禅道のけわしさ厳しさが痛感せられる。

四

一切の現実生活すなわち禅、一切の社会生活すなわち禅という白隠禅師の主張は、原則的には、現代においても少しの修正を要することなく肯定されるところであるが、しかし、社会生活の実際の様相は、白隠禅師が生活した江戸時代のそれと現代のそれとのあいだには、あまりにも大きな相違のあることは言うまでもない。ことに最近世における科学・技術・機械の驚異的な進歩、巨大な都市の出現、また複雑な経済機構・社会組織やマス・コミの発達は、人間の生活と心の在り方に非常に大きな影響をあたえ、変化をもたらした。

広重（ひろしげ）の『東海道五十三駅（次）』や英泉・広重合作の『木曽海（街）道六十九次』などを見ていると、江戸時代と現代とのあいだの生活環境また生活様式のいちじるしい相違が、如実に眼前に浮かぶのを覚える。

妙心寺開山の関山慧玄禅師は、東海道を往来すること数度におよんだが、動中の工夫（くふう）に熱中していたためについに富士山を仰ぎ見ることがなかったと伝えられている。このことの真偽はとにかくとして、このような伝説から私たちは、江戸時代以前の修行者の生活とその環境の一端をうかがい知ることができるように思われる。

閑静な森林などの中の歩行中の工夫また瞑想は古来より行なわれているところであるが、激しくゆれ動く車中における工夫また瞑想は、きわめて困難なことである。もちろん江戸時代以前の旅行にもまた、現代人の経験しない幾多の困難のあったことは想像されるが、しかし一歩一歩と大地を踏みしめて歩いて行くという十数日間の旅路は、まさに絶好の動中の工夫の道場であったと考えられる。これに反して現在では、江戸時代に十数日間を要した道（みち）のりも数時間の旅程にしかすぎない。しかし、高速度の交通機関によって節約された十数日間というものが、けっして閑寂な余暇として現代の人々にあたえられるわけではない。高速度の交通機関の終着駅には、ただちに次から次へと続いて起こってくる用務が、騒音とスピードと震動とに満ちている大都会の中で、われわれを待ちかまえている場合が多い。

これは一つの事例を挙げたまでのことであるが、このように、一般的に現実生活とか社会生活とかと言っても、江戸時代以前のそれと現代のそれとのあいだには、あまりにも大きな違いがある。これを一言にして言うとすれば、江戸時代以前の人間社会は悠々とした大自然に親しく包まれていたのに対して、現代の社会は高速度で動く機械で満たされている。以前の旅では、大自然の中を人間が歩いたのであるが、現代の旅行では、高速度と騒音と激しい震動の機械によって人間が運ばれて行く。この平明な一事は、今昔の人間生活全体の対比について象徴的ではなかろうか。

さらに、産業革命以前の時代と高度の資本主義が発達し社会主義国家さえ出現した現代とでは、その経済的・社会的機構ないし組織に著しい相違が見られる。現代においては、個人は多くの場合、巨大な社会的メカニズムの一微小構成分子にしかすぎない。しかも、その巨大なメカニズムは、文字通りに世界的な関連の中におかれていると同時に、しだいにオートメーション的に動く度合が強くなりつつある。どんなメカニズムであろうとも、その根底には人間の心があるのではあるが、しかし社会的メカニズムが大きくなればなるほど、その構成分子である個々の人間の思惟や感情や志向をふみにじって動いて行く場合が少なくない。その中に「自己」を生かす余地はきわめて縮められつつある。「自己」を生かすどころではない、「自己」を深く内省する暇もゆとりも、ほとんどあたえられないような繁忙と喧騒の中に、現代の多くの人々は埋没している。「自己」を徹底的に究明するなどということは、現代の大多数の人々には、あたかも、高い上空を吹いている風のようなこととして受けとられているのではなかろうか。Organization Man（組織の中の人間）などということが言われるが、現代人の多くは、大きくかつ複雑な組織の中に埋没し、機械に使われ、ビルディングの谷間にうごめき、さまざまな大衆化の動きに押し流され、「考える葦」と表現されるような人間存在の一面を失いつつあると考えられる。

このような現代の多くの人々にとっては、「自己」とは、ただ単に身体的な個体としてしか、または動物的な欲求の主体としてしか、さらには経済的・政治的活動の主体としてしか捉えられていないのではなかろうか。したがって、

純粋な宗教的求道というようなことは、夜空にかがやく星のようなものとして映っているのかもしれない。それは美しくはあるが、あまりにも高く遠い彼方の世界のことであると考えられているのかもしれない。現代の人々の多くは、このような「夜空の星」を仰ぎ、その美しさに見入るということさえも忘れ去っているのではなかろうか。現代人の多くに魅力のある宗教は、純粋な宗教性から遠く離れたあまりにも現実的な、あまりにも「地上的」なそれではないのか。このような現代の社会的・精神的状況は、禅にとっては、まさに逆境的なものであるとも考えられる。

五

結局においては、白隠禅師の所説のように、いかなる現実生活も社会生活も、その根底に「正念工夫不断坐禅」ということがあるならば、それらはすべて禅の生活である。その反対に、それらの生活の根底に「正念相続」ということがないならば、禅の立場からは、それらはすべて「死人に如同す」である。そこには、真の正しさや真の自由はなく、真に創造的な人間生活は実践されていないのである。

「大死一番、大活現成」などと言われるが、正念工夫の極致において、相対的自己の殻を超脱し、小さな自己に死にはてる時、無限に大きな自己の働きが、自らそこに現成するのである。「いきながら死人となりてなりはてて、おもひのままに、するわざ（業）ぞよき」（至道無難禅師）などとも詠まれているが、有限相対の自己の殻を突破し、限りなく大きく広い他者と一つになって生きることによって、真に正しく、真に自由な、真に創造性のある生活を実践しようとする、これが禅者の生活の理想である。しかし、このことの現実の実践はきわめて困難であり、ことに現代のような社会的・精神的状況の中においては、それは単に極限概念的な理想にすぎないとさえも考えられよう。

現代においては、個人は組織の中に埋没し、人間が逆に機械に使われ、われわれの自己はさまざまな大衆化現象の中に押し流され、趙州和尚のいわゆる「十二時を使う」ところの人間生活の真の「主人公」としての自己は見失われ

ようとしている。しかし、どんなに巨大なメカニズムであっても、それを動かす起動のボタンは、ほかならぬわれわれ人間の手によって押されるのであり、メカニズムの進む方向を決定する最後のものは、人間の心以外のなにものでもない。それゆえに、機械化・組織化・大衆化の滔々とした現代社会の歴史的な流れにもかかわらず、なお人間の心の尊厳ということは忘れられてはならない。現代の社会的・精神的状況は、自己究明とは逆の自己喪失の方向へと強く傾いており、それは禅に対して逆境的ではあるが、しかし、現代の状況が逆境的であればあるほど、いよいよ強く禅が要求せられるとも考えられる。

一面においては、世間に背を向けて「面壁」し「真の自己」の世界である「孤峰頂上」に独坐しつつ、それと同時に、他面においては、「十字街頭」に出て「拖泥帯水衆生海」の境涯で世間の泥をかぶり水にひたり、多数の他者と一つになって現実の社会の中に働く、このような「自利・利他」一如の大乗禅の立場に徹してこそ、自己喪失への激流がさかまいている現代社会の中に生きながら、しかも、それに押し流されるのでなく、また、それを超越しつつ、しかも単にそれから遊離してしまうことなく、機械化・組織化・大衆化という現代社会の潮流の中にありながら、しかも、自主的に思考し、創造的に働き、人間の心の尊厳性を堅持して行くことが可能となるのではなかろうか。もちろんこれは容易なことではないが、禅には、このことの可能性が確かに包蔵されていると考えられる。

禅と組織の問題

西谷啓治

組織というものは、人間の集りが一つの統一をもち、集団自身としての形態をもつ時には、いつでも現われてくるものである。人間は社会的生物といわれるが、もし人間の存在に社会性が本質的に含まれているとすれば、人間の生活のそもそもの始めから、なんらかの組織が含まれているとも考えられる。人間の生活の歴史的発展は、歴史の大きな変動はもちろん、日々の生活の小さな変移すら、すべて組織というものから発生する問題と本質的に結びついていると見られなくはない。それでは、そもそも組織ということにはどういう問題点が含まれているのか。これが第一の問題である。第二に、特に現代においては、組織というものは、人間生活のあらゆる面において、一つの危機的な様相を発生せしめるような重大な問題性をはらんだものとして現われてきている。一言でいえば、人間を「人間性の喪失」とか「人間性の疎外」とかに陥れるものとして問題にのぼってきている。組織の問題は、今までの長い歴史にも見られなかったような重大性をおびてきつつあるように思われる。組織というものの本質に含まれる問題性をいかに解決するかが、人間の将来の運命に大きな意義をもつと考えられる。それは如何にして、また何故にであるか。第三に、宗教の領域においても、いつも組織というものが存在し、組織の問題性も存在してきた。宗教の歴史的発展において最も重要な契機の一つはそこにあった。それは一般的には宗教的共同体、いわゆる教団の問題である。ところで、

禅は特に、僧堂というものを中心にした専門の道場という特殊な組織を発生せしめた。禅の長い歴史はそれによって支えられてきたともいえる。僧堂を含んだ道場は、禅が組織という問題に対して禅自体の立場から与えた解答であるともいえる。それでは、道場という生活形態のうちにある精神はどういうものであるか。個人的と同時に社会的である人間存在の根本的な問題は、その精神のうちでどういう解答を与えられているのか。その解答のうちには、現代の人類が直面している重大な問題、組織の問題に対して、なんらか有力な打開の鍵となり得るもの、少なくともその打開の道を示唆するものが含まれていないであろうか。

大体、以上の三つの問題が、ここで考えてみたい要点である。

一

人間が社会生活を営むところ、何らかの意味で共同して存在し活動するところ、そこには常に組織というものが見られる。たとえば家族や国家、軍隊、会社、学校、教会のようなもの、また政党、研究所、学会、さまざまな結社など、どういう集団であっても、それが或る目的による統一を含むかぎり、それぞれに固有な特殊の組織をもつといえる。そこにはまた、組織というものの問題も、それぞれに特殊な形で現われ、その問題への解答もそれぞれに特殊な方向で与えられている。しかし、今ここで取上げる問題は、いかなる組織でも、それが組織であるかぎり必然的に含んでくるような問題、すなわち組織というものの本質に伏在している問題性である。組織の問題は、そういう問題性としては、人間にとって、社会的存在である人間自身の本質そのものに関係した問題である。それは、一言でいえば、人間という存在が矛盾的な二面をその本質に含むというところから発生する。人間は、一面では、他の人々と関係して社会的にのみ存在しうるものであって、本質的に社会的であり、しかも同時に他面では、ひとりひとり本質的に個人的であって、社会関係のうちにおいて恒に彼自身である。組織の問題が生ずるのは、人間のそういう矛盾した二面

の間からである。誰かが山中で隠遁生活をする場合でも、その隠遁はすでに一つの社会的現象である。しかし同時に、自分の意志で現実の社会関係から離れ得るというところに、彼の個人としての自由も現われている。そしてその個人としての自由は、根本的には、彼が社会のうちで生活している場合でも、常に彼のうちにあるものである。その自由がなければ、人間は社会関係のうちにすっかり埋没して、個人という意味を失ってしまうであろう。それは動物の関係であっても人間の関係ではない。動物の「社会」ではあっても人間社会ではない。人間社会は、ひとりひとり本質的に自由である人間が、彼等を一つに結び合わせるようなある統一体に属するということである。それは矛盾を孕んだ事態であるが、統一体のもつ組織というものは、そういう事態の含む問題性を克服する役割をもって現われている。しかも、個々の人間がひとたび組織化され、何らかの統一に齎らされた後でも、その組織の根柢には、常に今いった根本的な問題性が潜在しているのである。

人間の集りが統一をもち、集団自身としての形態をもつことには、根本的に異ったさまざまのもち方がある。たとえば家族のような場合には、その一契機である夫婦関係は、人間の自由な意志による契約を源にしている。その契約は、当事者の意志によるものであろうと、親達の意志によるものであろうと、とにかく人間の作った約束である。しかしその自由な約束の基底には、自由を超えた、自然による制約がある。つまり、それが男性と女性の間の関係だという点においてである。その自然による制約ということは、家族におけるもう一つの契機である親子関係では最も明白である。親と子の関係は約束の関係ではない。それ故、家族という結合形態では、人間の意志とその自由および自然とその必然という両面が一つに絡み合っている。その両面の絡み合いをいわば未分のままで現わしているのは、家族内での兄弟姉妹の関係である。その関係のうちには、「他人の初まり」といわれる一面が本質的に含まれているからである。家族はそういうさまざまな諸関係の統一ではあるが、その全体は、それを形成する個々の人間の自由と、自然による制約を基底にした統一とを含み、その両面の間の均衡を本質にしているといえるであろう。

個人の自由は、直接には、彼自身の欲するままに生きようとする意志として現われるが、もし個々の人間がそういう自由のままに委せられるだけならば、統一はすべて不可能である。最も強く自然に制約されている、家族という形態でさえも、解体せざるを得ない。統一を失って散乱した個体は、いわゆる「原子化された」個体である。共同とか協力とかいうものの意義は、それによって個々のものが、自分ひとりでは有ち得ないような可能性を与えられ、自分ひとりでは実現できないような豊かな内容を自分の生活に実現し得るというところにある。原子化された個体は、共同からくるそういう充実を失い、抽象化される。協力の形態から遊離して自分だけの自由を求めるとき、個人の自由は内容の貧しい、小さなものとならざるを得ない。それ故、個体が家族関係から独立することの本当の意味は、家庭内の共同生活によって充分に成熟した子供が、いわば巣立つ実力を具えたものになった場合においてのみ現われる。従って家庭という共同体においては、個々の者の自由を抑制し、彼等の自由を協力体制のうちでの自由にまで高め、それによって個々の者に一層充実した生活内容を実現せしめ得るような、そういう統制力を欠くことができない。その力は、全体の統一をあくまで保持し得るためには、それだけの厳しさをもったものでなければならないし、そういう力を担った者が家庭の柱になる。具体的には父親がその位置である。しかしまた、全体における統一性の面だけが強調され、統制の力の厳しさのみが支配的になれば、それだけ個々の者の自由が奪われるから、全体は生命を失ってくるであろう。要するに、家庭という共同体の本質には、個々の者が自己を生かすということが直ちに全体を生かすことになり、全体を生かすことが直ちに個自身を生かすことになるというような、そういう立場が要請として含まれている。それは、それぞれの者が全体のうちに自己を見出し、また自己のうちに全体を見出すという立場である。従ってそこには、それぞれが互いに他のうちに自己を見出すという関係、いわゆる愛の関係が、相互の間にも全体のうちにも支配するということがなければならない。それぞれが独立に自らを生かすことによって本当の意味で一体になり、また一体になることによってそれぞれが本当の意味で自由に生かされる、というような関係である。そのため

には、統一の力から来る厳しさの反面に、その統一のなかで自由と独立を可能ならしめる包容性が、同時になければならない。それは母親が代表する面であり、その意味で、家庭を支える柱が父親にあるとしても、家庭を生かしはぐくむ地盤は母親にあるといえよう。両親というものによって代表される、そういう厳しさと包容性が家庭を支えるのであって、そのいずれの面を失っても、家庭は絶えず崩壊の危険にさらされることになる。

家族について今いったようなことは、何らかの統一をもった他のすべての集団についてもいえるであろう。家族という形態は、それに固有な組織と統一をもつが、そこに含まれる基礎的なもの、つまり、それが人間関係の組織である限り含んでいる普遍的・本質的な事態は、その他の形態においても変らない。個々の人間の自由、およびその自由をもった複数の人間の統一という、問題性を孕んだ両面の結びつき、それを共同と協力の体制に組織化し、その組織を保持するという課題、それは他の場合にも共通である。たとえば国家のような大きな統一体でも、その基礎には全く同じ事態が含まれている。また、会社というようなものは、一般に、家族などと違って、人間存在における自然の面に根差したものではなく、個々の人間が自由な意志によって取り交した契約を基礎にしたものである。親子の血縁のように切っても切れないというものではなく、自由な意志によって解消され得るものである。しかし、それが存在する限り、そこでも一方には、全体の統一、その統一を維持する統制の力が、他方では、全体に生命を与える要素としての個々人の自由がなければならない。従ってまた、その両面を矛盾に陥らせずに全体を組織化し、その組織を持続せしめるという課題がなければならない。その持続がその会社の存在そのものである。それ故、会社というものの存在の基礎に含まれる問題は、家族の場合と同様であるといえる。

一般に、組織というものは人間社会のあらゆる面に現われている現象であり、個人的と同時に社会的である人間の存在の本質から出ているものである。家族のような狭い領域で営まれる日常の生活も、それを離れては無い。そこから家庭内に発生する問題は、しばしば人間を破滅に追込むほどに深刻化する。国家政治や国際政治の基礎にも同じ問

題があり、大きな歴史の展開、たとえば国家の興亡というようなことも、その基礎には同じ問題性が伏在しているのである。

二

ところで現代では、組織というものは、これまでの人類の長い歴史のうちでは現われなかったような、一つの根本的に新しい様相を呈しつつある。その様相は、人間が不断に進歩を求めてきたその努力のうちから出現しつつあるものであり、実際また、人類が今までの歴史になかったような、飛躍的な進歩を現代において示しつつある、という事実と切り離せない現象である。現代においては、飛躍的な進歩の反面に、その底から一つの重大な、危機的ともいうべき状況が発生しつつあり、しかもそれは、組織というものの上に現われつつある全く新しい様相に由来する、と考えられる。そのことは、すでに多くの人々が看取し、問題にしている事柄である。その新しい様相とは、一言でいえば、組織というものが人間関係から遊離して、ほとんど人間を無視するかのような性格を取ってきつつあるということ、いわば組織が組織としての独走態勢に入りつつあるということである。人間が組織を支配するかわりに、組織が人間を支配する、という傾向である。組織はもともと人間が共同し協力し得るための手段であり、人間が人間自身の生活の進歩と向上のために用いる方法であるが、今や組織の活動は、組織自身のための活動として自動化され、そのうちで人間の活動も徹底的に組織化されて、組織の自動の一部、それの単なる機能に還元される。人間は組織のメカニズムの歯車に化しつつある。そして組織自身の活動のメカニズムがむだなく合理化され、効率的になればなるほど、そのうちに組み込まれている人間が、人間としての自由、人間としての実体を失い、人間性から疎外されてくる。その疎外に含まれているのは、新しい形での人間の原子化、つまり人間性から抽象された人間のあり方であり、そういう人間としての平均化であり、また、組織の外にはみ出した個人性の次元での孤独化などである。しかも、組織とい

うものが人間存在の本質に根差す事柄であるだけに、そこに生じた変質に由来するところの、新しい形での原子化、平均化、孤独化は、今までの歴史に現われたそれらの現象とは比較にならないほどの深刻さを帯びている。

組織がそのような新しい様相を取ってくるに至った原因は、さまざまに考えられるが、ここではその点に詳しく立ち入ることはできない。ただその最も基本的な原因、普遍的かつ本質的な原因としては、社会のうちに全面的に浸透しつつある「技術化」の傾向ということが挙げられると思う。人類の歴史は今やテクノロジー（技術文明）の時代に入りつつあるとよくいわれる。交通機関や生産手段から日常の生活様式に至るまで、到るところに見られる進歩は、いうまでもなく、自然科学の進歩を通して急速に進歩した技術の力による。人間生活において物質的なものに関係した、従って手段の領域に属するような面での、人間の営みや行為の技術化、その技術化による合理化、その合理化による効率の増進が、新しい時代を表示する範型として、あらゆる他の生活面にも浸透して行く。そして人間関係のあらゆる組織のなかに、そのモデルが取り入れられてくる。また、それが取り入れられてくるのには、それなりの必然的な理由がある。というのは、すべて組織というものには、できるかぎり渋滞なく滑らかに機能を発揮し、人間を含めてあらゆるもののエネルギーや時間の浪費をはぶき、その効果を高めるということ、すなわち組織自身の合理的な運用ということが、本質的な要請として含まれているからである。そのことは今も昔も変りはない。ただ、現代に現われている新しい様相は、その要請が他のあらゆる要請、特に人間性に基づく要請の上に置かれ、これまで与えられなかったような優位を占めて来つつあるということである。そのことは、人間生活のうちで技術が圧倒的な力をもって来つつあることのしるしにほかならない。技術の進歩による人間生活のはかり知れない進歩については、ここで語るまでもない。その最大の成果は、世界の全地域が真に一つの世界になりつつあるということであろう。政治、経済、学芸、スポーツ、その他あらゆる領域において世界的な交流が起りつつあることも、組織化の範囲の拡大によるものであり、その拡大を可能にしている技術の進歩によるものである。それどころか、すでに電子計算機、電子頭脳の時代の到来

とか、宇宙時代の到来とかいうことすら謳われ始めている。しかし、それに伴う陰の面の深まりももちろんある。たとえば人類を破滅させ得るような、核兵器による戦争も、人間や物質を組織化する力の増大を前提するが、その力の増大は技術の力の進歩によってのみ可能なのである。しかしそういうことと平行して、先にいった人間の原子化、平均化、孤独化、つまり人間性からの人間の疎外ということも重大である。たとえば戦争において、膨大な数の人間を戦力のメカニズムに組織化するということは、人間がすでに原子化され、組織のうちで単なる機能に化せられているという地盤の上でのみ可能なのである。しかしもちろん問題は、ただ戦争に関係した方面のみの事柄ではない。平時的な現象としても、軍事におけると根本的に共通な事態は到るところに現われている。その最大の一つは、現代のあらゆる国家の政治に現われつつある、「官僚制」の問題化である。ここでは立ち入ることは出来ないが、その問題も、おそらく現代における組織の一般的な変質と無関係ではないであろう。

組織というものに含まれる要請が、すべてを超えて優位を占めるに至り、それによって人間の自己疎外とか人間の機械化とかの傾向が、さまざまな現象のうちに現われているということ、そしてそういうことの根本の原因として、人間生活のあらゆる部面に、合理性を追求する技術的精神が浸透し、人間生活が全面的に技術化される趨勢が生じたということ、それはすでに多くの人々が指摘していることであるが、しかし問題は果たしてそれだけのことであろうか。新しい技術の進歩を可能にしている力は、自然科学や社会科学を含めての科学である。物質的な諸関係を科学的技術によって合理化し効率化し、さらにまた、それを模範として人間的な諸関係のうちに導入し、そこにおける組織の合理化と効率化を求めるというのは、技術的精神の全面的な支配ということを意味するが、その技術的精神の根底にはなお科学的精神がある。現代のあらゆる新しい技術は、自然科学や社会科学において開発された新しい知識の適用であり、技術的精神が人間生活を全面的に支配しようとする趨勢のうちに原動力となっているのは、科学的思考、科学的なものの見方である。そのことを考えると、問題は今まで語ったのとは別な、新しい相のもとで見られてくる。

そもそも組織の合理化や効率化という要請は、組織自身の本質に含まれている事柄であり、組織というものがあるところ、その傾向がどこまでも推進さるべきは当然である。しかし、そのことと、他のすべての要請以上に、特に人間性の要請よりも上に、それを位置づけるということとは、別の事柄である。もともと組織というものに関する最も根本的な問題は、少なくとも人間関係の組織に関するかぎり、組織の要請と人間性の要請とをどのようにして両立せしめ、生ける人間の統一という形態を成り立たしめるかというところに存する。それ故、さきには、個々の人間の自由と全体の統一性との調和（つまり協力体制）によって、個々の人間自身も全体も一層大きな可能性を発揮するということを、あらゆる組織の課題と見なしたのである。それは、合理性と愛情との高次の統一という課題ともいえる。個々の人間のうちに、愛情において満たされないところが残るかぎり、統一は充分に生きた統一とはいえないのであり、そのことは統一自身の欠陥にほかならない。（古い時代に義理と人情といわれたのも同じ問題である。）その課題は、自由と法ないしは規範との高次の統一の要求ともいえる。それは、さきにも言ったように、人間の本質に根差したものであって、人間は今までの長い歴史において、いつもその問題の解決に苦心してきたのである。現代に現われつつある、組織の要請の優位化という趨勢は、人間における自由や愛情など、人間性の側面が切り捨てられて、合理化の側面のみが優先的に取り上げげられたことを意味する。その結果が、人間性からの人間自身の疎外ということであった。ところで、それがいかに技術の力と技術的精神支配によるとはいえ、その根底には、人間自身がその支配を受入れ、それをよいものとして肯定し促進させたということがあることは否定できない。組織の動きが自動性の性格を帯び、渋滞の可能性すらない平滑なものになるということは、人間性の問題を切り捨てるということによってのみ達成され得るものであるが、そういう方向にただ進歩のみを認めて、その方向に踏み出したのは、ほかならぬ当の人間自身である、人間性の疎外といわれることの根本には、人間自身が自分自身のうちで人間性を切り捨てたということ、そしてそのことに進歩を認めたという事態が潜んでいる。技術の力によって人間性が疎外されるに至った根本には、

技術の力をそういう方向に使い出した人間自身の歩みがある。人間が人間性から疎外されたのは、人間自身に由来するのである。ところで、人間にそういう方向を取らしめたのは、人間自身のうちに支配的になってきた科学的なものの見方にほかならない。

ここには近代の人間にまつわる根本的な問題が現われているが、ここではその問題にも詳しく立ち入ることはできない。一言でいえば、科学は、すでに早く、自然に対するいわゆる機械観的な見方を成立させていた。その見方においては、自然界はそれ自身の法則によって自動的に動く世界、人間性との繋がりが入る余地の全くない世界である。むしろ、人間は科学的には、そういう自動的な自然界の一部として、そのうちへ還元されて見られることになる。さらには、その後やがて社会というものも、自然界と同じように、それ自身の客観的な法則に従って自動的に動くもの、そして人間も、そういう社会の一部としての生理的・心理的な諸活動をもって、それに参与するもの、と見られるようになった。その場合、人間といっても、欲望や衝動などのように外界から直接に規定されるものが根本と考えられる。知性というものも、何が自分に快楽または苦痛を与えるか、自分にとって有利であり有害であるかを計量する能力を主にして考えられ、結局はやはり外界から規制されるものと見なされる。要するに、人間は、社会という大きなメカニズムのなかの或る特殊な小さいメカニズムであるかのように、その諸機能を支配するメカニズムの法則によって底まで見通し得るものと考えられる。かくして、全体としての社会とそのうちにおける人間の動きを引っくるめて、法則的に把握するのが、社会の科学的把握ということになる。そういう社会や人間の科学的な見方は、見方そのものの原理的（哲学的）な基礎において、物質的自然界に対する自然科学的な見方をモデルにしているということは、否定できない。事実、そこには唯物論哲学、またはそれへの傾斜が、歴史的に支配していたのである。また、社会科学の成立が経済学から発生したのも当然である。社会や人間に関係した諸領域のうちでは、経済の領域は、物質的自然を把握する自然科学的な方法に類比的な方法によって、最も容易に捉えられ得る領域だからである。マルクスの立場

も根本においては、同じような社会の見方を基礎にしているといえる。それは、社会的物質的な諸関係をいわゆる「実在的な」基底と見なすような社会観である。要するに、自然をも社会をも、それ自身の法則に従って自動的に動くように組織づけられているものと見る見方、人間をもそういう組織のなかに組み込まれているもの、それの一部と考える考え方が、広く人間のうちに、自覚的にせよ無自覚的にせよ、浸透してきていたのである。そういう見方からすれば、人間が主観的にもつさまざまな情感、精神的な願いや意志や想念などは、それ自体としては客観的な意味をもつものではなく、自然的または社会的な「物質的」諸関係の規定に基いて、その発生を説明しうるようなものにすぎない。少なくとも、理論としてはそういう帰結になり、その理論は、科学に対する絶対的ともいうべき信憑と、その理論の政治的・実践的な宣布を通して、広く一般に浸透し、その見方に不満を感ずる者も、容易にそれに抵抗するすべを見出し得なかったのである。

そういう一般的な状況は、もちろん、そのうちにさまざまな展開を含んだものであるが、とにかくその一般的状況を背景にしつつ、現代における科学と科学的技術の飛躍的な進歩に触発されて、その両方の合した結果として、ここに問題にしている事態が発生したと考えられる。すなわち、組織が要請する合理化を、人間性の要請を切り捨ててまで優先せしめ、組織における合理化に一面的な独走態勢を許し、そのために人間自身が機械化されてくるという趨勢の根底には、すでに前以って、人間自身についての人間の見方が科学主義に支配され、機械観的になっていたということがあったといえる。そしてそのことは、現代における危機的状況といわれるものが、いかに根深く、解決の困難なものであるかを示すものといえるのである。

三

宗教の領域においても、もちろん人間関係の組織化が成立している。すなわち、教団とか教会とかいわれるもので

ある。その宗教的な組織も、あらゆる他の種類の組織と全く異った特殊性をもっている。他のすべての組織が人間社会の或る形態として、歴史の世界の内部に成立するものであるのに対して、宗教的な組織は、その基礎を、人間的なあらゆる組織を全く超越した場に置いている。それどころか、その場は歴史の世界や自然の世界そのものをも越えているとすら考えられる。もちろん、原始宗教といわれるものや、古代に成立した多くの民族宗教といわれるものには、家、種族、民族、国家などを地盤にした宗教形態が見られるのは事実であるが、それらが宗教として成り立ってきた時の基礎概念は、やはり何らかの意味で「絶対に他なるもの」とか「聖なるもの」とかいわれるような、超越性をもった力や存在を内容としていたのである。そこでは、何らかの意味でこの世のものならぬ、しかも半物質的な力、天上の神や神々から由来する力、自然の世界そのものに含まれる造化の力など、さまざまな概念が考えられた。それらがこの世界の内部に見出される事物や事象に相即した形で考えられたり、この世界そのものに直接に内在する力と考えられたりしたとしても、その力自身が何らかの意味で「絶対的に他なるもの」（あるいは「神」といわれるもの）の一般的な性格を帯びていたことは否定されない。まして原始宗教や民族宗教とはちがった、世界宗教といわれるもの、たとえば仏教やキリスト教などにおいては、その宗教的な基礎は、自然や歴史の世界を全く超越した場に置かれている。宗教的な救いは、世界そのものを創造した神の愛の力、世界の彼岸から呼びかける仏の本願力のうちに引き取られることに成り立つ。禅は、そのような絶対他者による救済を考える立場ではなく、「直指人心」といわれる立場であるが、しかし「見性成仏」といわれるところに、やはりこの世界そのものを全く超越した次元を含んでいる。人間が、自分自身の事を自己の問題として究明するという行道を通して、ひとたびその次元を開き、その次元の場で全く新しい自覚に達するということを要求するのである。世界からのそういう超越は、禅においては、大死といわれること、とに現われている。大死は、その限りにおいては、キリスト教における、この世の自己に死するといわれること、或いは一般仏教において三界の火宅を出離するといわれることに相応するのである。

これらの世界宗教において初めて、宗教的組織としての固有性をもった教団や教会が、明確な形をとって現われる。「キリストの神秘的な体」としての教会、仏法僧という三宝の一つである「僧」(和合衆としての「僧伽(さんが)」)などである。教団や教会も、歴史的な世界の内部に現われる人間関係の組織であるが、その基礎は世界を全く超越した場に据えられている。そのことは、キリスト教会の内部において、さらに純粋な宗教的行道の場として修道院という組織が発達し、また、仏教の内部における同様な行道の場として、禅修行のための専門的な組織が、僧堂を中心にした道場という形で発達した、ということのうちに現われている。それならば、その禅の道場という組織のうちでは、さきに語ったような、組織にまつわる問題はどういう形で現われているであろうか。

禅は、ひとりひとりの人間がもっぱら自分自身の事柄を問題にし、自己そのものを究明する立場である。自己というその当のもの、自己というものの当体は、他のいかなるものからも明らかにされることはできない。なにか或る他のものから明らかにされるものは、他のものと共通性を含んだもの、その意味で普遍的なものを本質としたものである。その普遍的なものを明らかにすることによって、それもまた明らかにされる、というようなものである。普遍的なものは概念として言い現わせるものであるから、他のものによって明らかにされるものは概念的に解明されるものである。たとえば自分がひとりの人間であるということは、他の人間にも共通な「人間」というものを、それの概念を通して研究することによって明らかにされる。しかし自己といわれるその当のものは、人間とかその他の概念によって限定しつくされるものではない。論理的にいえばすべてそれらの概念を述語とする主語であり、しかもそれ自身はどこまでも主語となって述語とならないようなものである。つまり、絶対的に個なるものである。自己は人間であるとはいえても、人間は自己であるとはいえない。少くとも、普通の論理的な命題という形ではいえない。もし自己というその当のものをあくまで踏まえた究明の上で、人間は自己であるといい得る立場があるとすれば、それは、自己は人間であるということの徹底の途においてである。それはともかく、自己そのものとは、あらゆる普遍的なもの

の限定を絶した、全くの単独者である。自己そのものは、自己自身によって、自己そのものとして、究明される以外にはない。自己自身に立ちかえるということが、自己そのものの究明の出発点である。自己自身に立ちかえることは何よりも簡単なことである。簡単といえばそれ以上に簡単なことはない。しかし同時にそれは何よりも困難なことである。自己が本当に自己自身に立ち帰ったならば、自己の何ものであるかを本当に知ったことになるが、しかしそのためには、他のあらゆるものとの連関のうちに繋がれ覆われている自己というものを、その連関のなかから切り出してくる必要がある。それは最も困難な仕事である。困難といえばそれほど困難なことはない。それは大死ということの困難さである。しかも、さきには大死ということを、キリスト教や一般仏教と相応する次元で規定し、三界からの出離だといったが、実は大死はそこにとどまるものではない。自己が結び付いている他のもののうちには、この世界の一切、この「世界」そのものも含まれているが、さらには「神」とか「仏」とかいうものも含まれているのである。「神」や「仏」が他者として自己と対する限り、その対する「自己」も真の自己自身ではない。己事究明は、「神」や「仏」とのそういう連関からも、自己を切り出さねばならない。自己は「神」や「仏」のもとにおける自己にすら死なねばならぬ。その意味では「神の死」や仏の死が、自己に起らねばならぬ。それは自己の大死として自己に起らねばならないのである。

むかし雲門が自分の侍者であった香林澄遠に向って、いつも「遠侍者」と喚びかけた。そして侍者が「はい」と答えると、「これ何ぞ」と問うた。それに対するいろいろな答を出してもすべて駄目で、遂に香林はそれに答えるのに十八年かかったといわれる。誰にとっても、その問いに徹底して答えることはきわめて困難なはずである。しかもその問いは、禅における己事究明のアルファでありオメガァである。それ故、その問いは、さまざまな形で提出されている。その最も簡明な形の一つは、たとえば「撥草参玄は只だ見性を図る。即今、上人の性いづれの処にか在る」(「兜率の三関」といわれるものの第一関)である。「見性」という道は、即今における自己の「性」の所在を究明することで

ある。これは、自分の名を喚ばれて「はい」と答えたその当のものが何ものか、と自ら究明することと別ではない。とにかく、そういう問いは、他のあらゆる種類の問いと質を異にしている。その問いに対する解答は、いかなる仕方でも他から教えられることのできないものであり、その点では感覚というものと同じ直接性をもっている。甘いとか苦いとかいう味は、自分自身でそれを経験する以外には知りようがない。自己というものにおいても、自己があるということと自己を知るということとは同じことである。有と知とは、そこでは、最も根源的に同一である。自己はもともと根源的に、自己自身を知るものであり、自己自身を知るものとしてのみ有る。しかも自己は通常、さまざまな他のものとの繋がりのうちにあり、その繋がりのうちにある自己を知っているにすぎない。自己そのものの当体、本来の単独者としての自己を知り、真の自己を知るには、自分自身でそういう自己になり、自己が真に自己であるところに達する以外にはない。自己が本来的に自己であるその場にかえる以外にはない。禅の行道は、そういう意味で自己自身にかえるためである。それは、自分がもともとそうであり、行住坐臥にそれ以外ではないものに還えるということであるから、それ以上に簡単なことはないともいえるし、また「他」であるあらゆるものとの繋がりから自己をそっくり、脱体的に取り出すこととすれば、それ以上に困難なことはないのである。

禅は、そのように、自己ひとりが自己ひとりの道を行く己事究明の道である。その限りでは、他の人間との関係、いわんや組織化された関係ということは、もし問題になるとすれば、まず、脱却さるべきものとしてである。自己の究明には「万縁を放下する」ことが必要とされるが、あらゆる人間関係もその放下さるべき縁の一部である。事実、古来の禅者は「樹下石上」とか「行雲流水」とかの生活を標榜し、定住しないのを本来の姿にしていた。住むにしても、山中にひとり庵居するという場合も多かったらしい。禅の寺院ができ、寺院内の生活の規矩が定められ、僧堂生活が発達したのちでも、そこでの禅者の生活は、根本においては、各自が自己ひとりの究明の道を行くということである。それからはずれれば、共同生活はかえって邪道になる。たとえば大燈国師の有名な「遺誡」にも、それに対す

る厳しいいましめが述べられている。たとえどんなに寺商売が繁昌し、多勢の僧が集って、経を読んだり儀式をしたり、日々の修業の行事を形式的にいかめしく行ったりしても、もし「仏祖不伝の妙法を以て胸間に掛在する」ということがなければ、すべて「邪魔の種族」である。もし一人でもいい、野外の掘立小屋でただひとり、こわれた土鍋に大根の尻尾を煮てくいながらでも「専一に己事を究明する」人間があれば、その者は日々に自分と相見し自分に報恩する者である、という。そういう精神は、本来、僧堂を中心にした道場という、その組織のなかでの生活においても、それの根本をなすものである。従って、その生活における一つの基調は、ひとりひとりの絶対的な自由の立場である。その絶対的な自由は、世間におけるあらゆる種類の人間関係を越えた立場である。通常の人間関係においても、先にいったように、個人の自由は本質的に含まれている。たとえば家庭や国家においてもそうである。しかしその自由は、他の人間たちとの関係のなかに組み込まれている。そういう関係の上では、自分はそもそも何ものなのかという問い、単独者としての自己自身が何かという問いに対する答えは与えられない。己事究明の道は必然的にそれらの世縁を越えねばならない。そのことを実生活に実現したのは、「出家」としての僧であり、僧はその意味で世捨人である。世を捨ることは「発心」、すなわち「発菩提心」であり、自然や歴史の世界とその世界を場にした心とをひとまとめにして越え、超世の次元で新しい心を開華せしめることである。しかしこれは僧のみの問題ではない。世間の生活に止まっているいわゆる在家の者でも、自己そのものを究明しようとするかぎり、身は世間のうちにありながら、心は世間を越えた場に新しく開発するというところがなければならぬ。ひとたび「発心」することを必要とする。自然や歴史を含めての「世界」は、あらゆる事物や人間や事象の相互のつながりの場である。それは、見方によっては、さきにいった科学的な世界像ないしは世界観が示すように、それ自身の法則に従って自動的に動いているとも見られうるものである。いずれにしても、その世界のうちには、またその世界を場とした人間関係のうちには、相対的な自由はありえても、自由の源底はありえない。自己そのものの存在の根源は、そこにはない。しかし「発心」は、すでに

その根源に触れることとなのである。また、世界はあらゆるものが生じては滅びるところ、人間が生れては死するところであるから、「発心」は生死を越える道の始発でもある。発心という決断において、すなわち世界との繋がりをひと思いに思い切るという仕方で、自己自身に立ちかえることは、すでに生死の世界を越えた道に入り初めたことである。その道を歩み始める行道は、生死を越えた道程において、生死を超えた自己自身を志向することである。それは、絶対自由の立場に立って絶対自由なる自己を究明することである。というのは、自己究明の道を歩む自己は、世界そのものからも自由な立場に立つからである。在家の生活においても、発心ということが自己究明の始めである限り、原理的にはそうであるが、特に僧堂という組織におけるひとりひとりの人間の立場は、勝れた意味においてそうである。大燈国師もいわれたごとく、「専一に」己事を究明する立場である。自己の絶対自由に立脚しつつ、絶対自由なる自己ひとりを専一にきわめる立場にほかならない。

僧堂を中心にした道場の生活におけるもう一つの基調は、その生活を支配している厳しい規律である。日々の生活が時間的にこまかく分けられていて、その時間が厳しく守られている。また、僧堂の中での行いが厳格な規矩に従ってなされるばかりでなく、僧堂の外でも、すべての立居振舞いは、正しい行儀作法に従ったものでなければならない。その生活には、到るところに礼儀正しさが支配している。むかし或る中国の儒者が、僧堂の生活を見て「三代(堯、舜、禹という聖人三代)の礼楽このうちにあり」といって驚いた、という話が伝わっている。その厳しい規律を厳しく保たしめているものは、そこでの組織の徹底的に位階的な構造である。その位階制(hierarchy)は、一般の僧と役位の僧と師家とからなる単純なものであるが、きわめて強い統制力をもっている。人々はそれによって、ほとんど軍隊的な、権威と服従の関係に置かれる。役位は、僧堂の規矩を司どる役、外来の客に応接する役、食事のことを司どる役、会計を司どる役、老師の世話をする役など、共同生活に必要な諸部面を司どり、共同生活の経験を積んだ僧たちが務める。それぞれの部面に関するかぎり、その組織内での生活は、すべてその役位の僧の差配に従わなければなら

ない。そこでの生活の全体を全面的に統べる位置にあるものは、もちろん師家である。そういう位階制に従った、権威と服従の関係として、僧堂生活のきびしい規律はきびしく遵守されている。その結果、そこには極めて高度な合理性が実現されている。生活のあらゆる無駄、特に時間の無駄は、ほとんど消されている。できるだけ無駄を省いて、力や時間を少しでも多く修行にふり向けようとする意志がそこに現われている。それは、互いに他を妨げず、自らも妨げられないという体制である。各自が、他を妨げるような気儘なふるまいを自ら厳しい統制に服せしめ、かくして自他がそれぞれ己事究明に従事しうるという体制である。互いに他を妨げないといえば消極的であるが、そのことの徹底は、積極的には、互いに他の絶対的自由を認め、同時に自らも絶対的自由の立場に立つということである。というのは、己事究明の道は、さきにもいったように、絶対的自由の立場に立って絶対的自由の立場をきわめるということだからである。

それ故、禅の道場生活の組織においては、その組織全体を徹底的に支配する統制と、その組織のうちにある個々の者の絶対的自由という、そういう両面が含まれている。前にいったように、統制と自由という矛盾したものの調和ということが、一般に組織というものの存在意義であり、課題でもあった。しかるに此処では、その両面が、それぞれそれ以上望めないほどに徹底されながら、しかも全く一つに結びついて現われている。一体、そういうことを可能ならしめているものは何であるか。この問いの向うところには、組織という問題の最深処に触れたところが現われているはずである。また、組織というものと結びついたさまざまな事柄、たとえば統制や自由、権威や服従、合理性や情愛などの、最も深い本質がどういうものであるか、それを省察せしめる場が現われているはずである。それならば、徹底された統制と徹底された自由とが一つに結びついて現われているその組織を、一体なにが可能にしているのであるか。

道元の『随聞記』第一のなかに、その師の天童如浄について伝えている有名な逸話がある。当時、天童の叢林は中

国の禅界でもその峻厳なことで有名だったらしい。その如浄が或る時、集った衆僧に向って、自分は平生あなた方を口汚い言葉で罵ったり、竹箆（しっぺい）で打ったりしているが、これは「皆頗る怖れある」ことである。しかしながら、これも「仏に代って化儀を揚る」法式であるから、「諸兄弟〔よ〕、慈悲を以て是れを許し給え」、と言い、それを聞いて衆僧がみな流涕したというのである。これは如浄の人格とともに、また道場における師家という位置の本質をも示したものである。この第二の点に関する限り、それは如浄だけに限った事柄ではない。師家の位置は、道場における最高権威の位である。その全組織の頂点をなし、厳格な統制を可能ならしめている支点である。その組織のなかを張りめぐらしているあらゆる関係も、その組織のなかのあらゆる人間も、合わせてその点から統べられている。すなわち、すべてがそこから全体として統一され、その全体のなかですべてのものの存立が可能にされている。かくして、統べるものはすべてをすべてたらしめている。しかし、その権威の最も深い本質はどういうものであるか。そのことを示しているのが、さきの如浄の言葉である。組織のなかでの最高権威も、なおその背後に、その由来するところをもっている。すなわち、「仏に代って化儀を揚げる」ということである。そもそも、道場の全組織は、組織自身のためにあるのではない。組織が自己目的なのではない。それでは、道場の全組織は何のためにあるのか。それは、その組織のうちの人間が、ひとりひとり己事究明の道を行き、見性成仏の果をあげるためにである。組織の目的は、そこで修行する一般衆僧のひとりひとりのうちにある。役位の者は、一般の者が事務に煩らわされずに、その目的に向って努力し得るように、彼等に代って事務を負担するのである。師家はまた、役位のものを含めてすべてのものが、全く自由にひとりひとりの道を行きうるために、全体の統一の中心となり、全体を統べる位置に立つのである。そういう面から見れば、その全組織は、上にあるものの、下にあるものに向っての奉仕の体系である。その組織がそういう意味を含むのは、それが仏法修行の場、仏法が修行者を通して実現される場であるからにほかならぬ。厳格な位階制、またそれを厳守する規律の精神は、その裏で、位階の順序を逆方向に転ずる精神に裏づけられている。すなわち、上座に

ある者ほど下座の者のためにある、という精神である。この逆方向に現われている精神は、大きな愛の、あるいは大きな慈悲の、精神である。そこでは、上に位する者は下に位する者のための道具であり、機関である。自己を捨てて、下の者のための単なる機能になる。ただし、自ら進んで自らを機能化するのである。使う者と使われる者との関係は、その面では逆転する。規律の上では使われる者が、奉仕の上では使う者である。上座にある者は、上座にあることにおいて、下座にある者のさらに下座につく。上座にあることの本質は、いわゆる「下座行」と切り離せない。上座は上座でないが故に上座である。権威は権威でないが故に権威である。このいわゆる「即非の論理」は、そのまま同時に「行」であり、「即非の行」である。上座が上座でないことによってのみ初めて真に上座であるということは、上座の位という事柄自身の本質をなすものであり、その事柄の「理」にほかならない。それは「法界」(存在とその理法との世界)を支配する論理であり、法理である。しかしまた、同時に、その法理を体現する人間の行である。上座にある者の下座行を離れては、法理は単なる戯論になる。そこでは権威も、権威の否定を含んでのみ権威であり、この法理は、そのまま同時に「即非の行」なのである。そしてそこのところにまた、権威といわれるものの最も深い本質、それの最深処における「理」も見らるのである。

道場の組織は徹底した合理化を示している。そのかぎりそれは、組織というものの内具している必然的な要請を、徹底的に遂行したものともいえる。しかしまたそれは、現代における組織の独走態勢のように、人間の自由や愛情、一般的にいえば人間性、を切り捨てることによって得られたようなものではない。むしろ反対に、その背後で自由や愛に、しかも絶対的な自由と愛の精神に、裏づけられたものである。その合理化は、厳格な統制によって、権威と服従との犯すべからざる関係を通して、可能にされている。しかし一層根本的には、その統制のうちにある人々が、最上位から最下位に至るまで皆、その統制が自分たちの絶対的な自由のためにあり、その権威が絶対的の愛の現われであるということを自覚しているからこそ、そのきびしい統制も可能にされているのである。如浄のいわれた如き、

「誇言呵嘖」も「竹篦打擲」も仏に代って化儀を揚げる法式であるという自覚が、全組織を支えているといえる。普通、合理化ということには、組織のうちにある人間が全体のための道具に転落し、人間性から疎外されて、機関に化せられ、機能化されるという傾向が内在している。しかし禅的な組織においては、さきにも触れたように、人間は奉仕のために自ら進んで自己を機能化する。合理化は絶対的な自由や絶対的な愛の、すなわち絶対に合理化されないものの、現われである。その意味では、合理化は合理化ではない、故に合理化である、といえるところがあり、そこにまた、合理化ということの最も深い本質が現わになるのである。合理化はそういう本質を、それ自身の最深の本質を、現わにするとき初めて、人間性と衝突する運命を免れうる。それのみならず、現代における合理化の基礎にある技術や科学についても、おそらく同じことがいえるはずである。技術は技術ではないが故に技術であるとか、科学は科学ではないが故に科学であるとか言いうる立場があるはずである。その立場がはっきりさせられるとき初めて、技術の最深の本質、科学の最深の本質が明らかにされるであろう。科学や技術に伴う問題性が解決される具体的な道も、その時初めて見出されるにちがいない。

ところで上にいわれた、禅的組織における奉仕の面は、禅における行道の本質的な一面である。それは己事究明の本質的な一面である。他のために自己を捨て、他のうちに自己を見出すということ、従ってまた全体のうちに自己を見出すということは、いわゆる「自他不二」の自己、大いなる自己の立場での自己究明である。そこでは、他のためが同時に自己のためである。仏教一般において自利利他といわれるような、そういう立場における禅的行道である。その点では、新入りの者も師家も変りはない。すべてのものが平等に、同じ行道の道を歩むのである。厳格な位階制と統制の裏には、全く無位階にして無差別なる平等の立場がある。そこではすべてのものは無位である。（かかる無位を徹底する方向において、臨済のいわゆる「無位の真人」とか、同じく臨済における「破夏の因縁」といわれる事態なども、ここでの問題との関連において考察に上ってくるであろう。）その無位の面と直接に一つである故に、位階

うな、組織といわれるものの最も深い本質が現われてくるような場、また、統制や自由、権威や服従、合理性や愛情などといわれるものの最も深い本質が即非的に現われてくる場は、本質的に「行」の場である。法理はただ行取されるのみである。その意味では、その場を支配するものは沈黙でなければならない。道場の生活の底に漂う粛然たる気象は、道場という場の本質をなす沈黙の現われである。

道場という組織の目的は己事究明にあるといったが、他面から見ればそれは禅における「教育」にあるともいえる。師家を中心にしたその全機構は、教育的機能によって貫かれている。その意味では、学校という組織がそれにもっとも近いともいえる。学校という組織においては、教師は本質的に生徒のための存在である。教師は生徒に奉仕するものである。しかも教師と生徒の間には、権威と服従の関係がなければならぬ。そしてその奉仕と権威の両面は、平面的に分けて考えれば矛盾したものであるが、教育の最も深い本質からいえば即非的に一つである。奉仕なくしては、権威は真の権威ではありえず、権威なくしては、奉仕も真の奉仕として成り立たない。ただ甘やかすのが奉仕ではない。甘やかすのはむしろ毀損することである。それは他を毀損し、自己を毀損する。教育という活動が本質的に他のための活動であるということの真の意味、最深の意味は、それが宗教的活動と共通した性格をもつというところに現われる。つまり、教師という立場は、本質的に自他不二の立場であり、自利利他の立場なのである。その場合、自利利他とは、他を教育することにおいて自らも教育され、かく教育されたものとしてさらに教育する、という循環の立場での活動だということである。そこでは、教えることが教えられることである。教師は教師ではないが故に教師であるというところに、教師という立場の最も深い本質がある。権威と奉仕とが端的に一つであり得るところがある。その限りでは、それは宗教的組織のなかでの宗教的な求道と共通した性格をもつ。教育という職は、その根本においては、やはり一種の聖職なのである。

以上は、組織というもの一般の問題に対して、試みに禅的組織との比較から照明を与えてみたのであるが、禅における組織の生活は、古来、禅自身によって、禅本来の立場から、禅究明の一部として問題にされている。そのことを特によく示すのは、禅師たちの語録に収められている結夏上堂や解夏上堂といわれるものである。僧堂には、釈尊以来の伝統に従うという立場から、毎年或る期間を定めて、その間はすべて外出せず、集中的に修行するという「安居」のしきたりがある。結夏上堂とは、その夏安居の制を結ぶ時の説法、解夏上堂とはその制を解く時の説法で、つまり、安居を始める際と終る際の法式である。その上堂のうちで、禅師は、結夏や解夏にちなんだ訓戒を垂れるという形で、禅の本旨を開示するのが常であるが、そこには、さきに言った本来自由なる人間とその組織という事に含まれるさまざまな問題や解答が、禅本来の立場で現わにされている。数限りなくあるはずのそういう説法のうちから、ここでは、たまたま目に触れた、比較的見当のつけ易い一例を挙げてみる。それは、東福寺の開山聖一国師の師であり、日本の禅宗にも深い関係のあった無準師範の語録『仏鑑録』のうちの「結夏小参」の一つである。「六合九有、情と無情と〔天地四方のあらゆる種類の物、生きているものも生きていないものも、とそう言いながら〕（払子を竪てて云わく）、総に這裏に在って安居禁足す。径山（無準のこと）の令下り、妄りに一歩を行くことを許さず、妄りに一句を説くことを許さず。説は須らく行不到の処に説到すべく、行は須らく説不到の処に行到すべし。説不到の処、如何んか行かん。須らく是れ無足の人にして始めて得ん。行不到の処、如何んか説かん。須らく是れ無舌の人にして始めて得ん。もし一句を説得せば、千句万句、句々朝宗せん。もし一歩を行得せば、千歩万歩、歩々実を踏まん。且く、如何んか是れ実を踏む底の道理なりや。（乃ち云わく）明眼の人、井に落つ。」この上堂には、いろいろ先人の言葉を踏まえているところがあるが、今はそれに立ち入る必要はない。ただ、この上堂の眼目をなす最後の句は、雲門の弟子の巴陵鑒禅師が、如何なるか是れ道、という僧の問いに答えた有名な言葉である。とにかく、ここには、「径山の令下り、妄りに一歩を行くことを許さず」以下、徹底した法規性と、「説は須らく行不到の処に説到すべく」以下の徹

底された絶対自由とが、一つに結びつけられて開示されている。「安居」と「禁足」とが一つになるところである。そのところに、「六合九有、情と無情と」といって払子を竪てた無準、結夏の制を司どる無準を見なければならぬ。それは禅の本旨に参ずることである。禅の本旨が組織という問題に無関係でないことを、そういう上堂が示している。禅の究明は、この側面からもなされることを要する。しかし、これはこの小論の意図を超えたもので、今はただ参考のために触れただけである。

現代の人間生活においては、組織の問題が到るところで重大な意味を帯びてきつつあり、学校や教育のこともその一つの例にすぎない。その問題についての根本的な省察が、現在必要だと思うにつけて、僧堂生活のうちに、その狭い範囲を越えて広く社会全般のうちに生かされるべきものが、少なくとも原理的に含まれているように感ずるのである。もちろん、現実の僧堂生活は、それ自身いろいろな問題を含んでいるらしい。それらを徹底的に反省することも、現在さしせまった緊急事であろう。しかしそれはこの小論の主題とは別な問題であり、また筆者の語り得る事柄でもない。ここではただ、禅的な立場からの組織というものについて、その原理的な事のみを問題にしたのである。

現代における禅修行の諸問題

森本省念

故きを温めて新しきを知る、以って師となすべし。日本現代の臨済禅は白隠禅師の系統である。それは大応・大燈・関山に由来する。関山国師に語録はなく、『大応国師語録』は『大燈国師語録』に収まる。『大燈国師語録』は『槐安国語』として他の方が解説されるから、今ここには『大燈国師年譜』をとり出して、問題の手がかりを見つけようと思う。

年譜の建武二年乙亥（西暦一三三五年）のところに、

師自ら遺誡して曰く「老僧行脚の後、或は寺門繁興、仏閣経巻に金銀を鏤め、多衆閙熱し、或は誦経諷呪、長坐不臥、一食卯斎、(一)六時行道、(二)直饒恁麽にし去ると雖も仏祖不伝の妙道を以て胸間に掛在せずんば則ち因果を撥無し真風地に堕ちん。併せて是れ邪魔の種族なり、老僧世を去ること久しくとも児孫と称することを許さじ。或は一人有って野外に綿蕝し一把茅底、折脚鐺下に野菜根を煮て喫して日を過すとも、専一に己事を究明する者は老僧と日日相見し恩を報ずる底の人なり。誰か敢て軽忽せんや、これを勉めよ、これを勉めよ。」

寺規十条を製す。其の三条に曰く「一、三時の勤行、四時の坐禅、時刻を違う可らず。二、二時の粥飯の外、他食す可らず。三、沙弥喝食等、未だ参禅を要せざる者は三時の勤行の外、只須らく三蔵を学問すべし。若し一日

慢らば一日の粥飯を止むべし。」

この年の二年前、光厳天皇正慶元年壬申、師五十一歳（西暦一三三二年）『示衆法語』に曰く、
汝諸人此の山中に来り道の為に頭を聚む。衣食の為にすることなかれ。肩あって衣ざるなく口あって喫わざるなし。只須らく十二時中、無理会の処に向って窮め来り窮め去るべし。光陰箭の如し、慎んで雑用心することなかれ。

この法語と遺誡とを結びつけて、「大燈国師遺誡」と称し、大徳寺僧堂などで今もとなえておる。国師は「寺規十条」を製し、遺誡せられた翌々年に遷化せられたのだから、この遺誡と寺規は国師多年修行の精粋と見るべきである。

まず寺規第三条を考えたい。第三条の第一項には勤行と坐禅が規定されておる。道のために大徳寺に聚った者は皆勤行と坐禅をやらねばならぬこともちろんである。ただ、食事の支度をしたり、雑務にたずさわる者どもはたぶん交代でやったことだろう。第三項に沙弥（十戒をうけて出家となったが、まだ一人前の比丘とはならぬ者）や、喝食（大衆に食事を報ずる役）などのまだ参禅を要せざる者は三蔵を学問せよと規定してあり、坐禅といわずに参禅といい、要という。坐禅はそのものがそのものに落ちつき、自己を忘じた相であり、参禅は禅において自己と先輩とが参ることである。

坐禅という字面には落ちついた趣きを感じ、参禅という言葉には弟子が師に益を請う、あるいは指示を求むるという、動的な匂いがある。落ちつかない機がうごく、じっとしておれぬ、何を問うてよいかわからぬが問わねばならぬという内からの要求がうごく。その要求の切なるもののない学人は、三時の勤行のほかは経・律・論の三蔵を学問せよ。ここには三時の勤行とのみあって、四時の坐禅が規定されていない。参禅せんとの切なる要求のない雛僧や形式の出家では、坐禅しても、ほんとうの自受用三昧とならず形式に堕落する。故に三蔵を学問して、汝自らの問いを見出し来れといわれるのであろう。大燈国師も初めは律を学び、教に移り、満足せず、ついに、「縦い三蔵百家の書を究

め尽すともただ是れ多聞強識の人なり、豈に大丈夫の能事ならんや。我只管這裡に向って心を労す。何れの日かおちつくことあらん。如かず不立文字直指単伝の宗に入らんには」と決心し、俗人の姿のままで京都の諸尊宿に参問し、鎌倉の諸長老に参禅し、高峰和尚のもとで出家受具し、見解を認められ、宜しく法幢を建て宗旨を立すべしと肯なわれた。さらに大応国師に参じて大事了畢したのである。

これは臨済においても同様である。『臨済録』には維摩経、華厳合論、首楞厳経、信心銘、四十二章経、円覚経、達磨血脈論、証道歌、懶瓚歌、涅槃経、誌公大乗讃が顔を出しており、臨済が瑜伽や唯識の教えを知っておったことは『祖堂集』を見ればわかる。しかも彼は当時落ちつけなかった。『祖堂集』では大愚の棒、『臨済録』では黄檗の棒で打たれて、はじめて三蔵学問とは異る心境に生れかわったのである。学問では落ちつかぬものを感じ、異る場に突き出でんとする要求が参禅ということになる。参蔵学問にかりたてる目的は学問それ自らにあるのではなく、この内からの要求を引き出すことにあるのである。病気、死、人生不如意の事実、四苦八苦の事実に当面することが、参蔵学問とも言い得る。参蔵学問は参蔵学問の限界を知らしめんがためのものであり、参蔵学問人の機の限界を自覚せしめんためのものである。必ずしも三蔵学問を縁としなくても、参禅の縁は他にもある。たとえば芭蕉の芸術を味わい、雪舟や牧渓などの禅芸術品に触れ、禅僧の詩偈にひかれ、山水自然の美にうたれ、我を忘れて道に流れ入ることもある。病気療養のための静座から禅に転入し参師問法へと結実する人も多い。

禅は諸道に通ず、といわれるが、これは禅者が諸道に通じておるということではなく、諸道の学習が行きづまり、学人がそれを突破する際に禅的な心の転開が現出する、の意であろう。宮本武蔵は晩年に剣をすてて禅にひらけて来た。その兵法は禅となって書に絵画に彫刻に無師の作用を現わした。柳生但馬守も剣術を縁として沢庵和尚への参禅となった。漱石は禅の素人であるが、その初期の小説を読んで参禅へと志す青年もある。神経科の病人看護から参禅へ志す看護婦もあるだろう。西田哲学の純粋経験にひっかかり、この語が公案のごとくに胸につかえて、ついに参禅

へと踏み切った某大学の哲学教授もある。囲碁に行きづまって苦慮百端とうとう見性体験に逢着し、参禅に進んだ人もある。知り合いの茶の友達の人柄にひかれて参禅したキリスト者もいた。美食家が最後に茶漬に香の物をうまいと味わうように、世上の快楽を追求し精神的な仕事に興味をもち、キリスト教に疑いを抱き、最後に仏教へ禅へと参じたアメリカ人もある。社会主義の改革運動家が健康のために静坐をはじめ、心の落ちつきを得てはじめて諸悪莫作、衆善奉行の根本に自浄其意の必要なることを自覚したという。日進月歩の科学の世界では、先輩は必ず後輩とならざるを得ぬ。後進者に先を越される悲哀から解放されようとて禅に参じた化学者もおる。諸種の生命学説に満足せず、陽明学に問い、道元古仏の『正法眼蔵』に出会って参禅するに至った生理学者もおる。一流の大学へ子供を入れようとして、家庭教師をそれぞれ専門別に招いてやっとこさと入学はできたが、卒業・就職・結婚となった息子が自己を離れる淋しさから禅へ参ずる母親もおる。受験勉強のため青春の溌剌さを失い、半病人のごとき大学生の多きにおどろき、学問が分れ分れになっておるから、いかに専門の学に深入りし得ても人間全体についての見通しがつかず、専門の博士となってなお自己の尊厳さ、他己の尊厳さ、従って物の尊厳さに盲目である、何か落ちつかぬものがある、それは信仰がないからであろう、自分は特殊の宗教には抵抗を感ずる、比較的に臭味のない禅がよいといって禅門を叩く教育ママも見受ける。

今の日本はアメリカを追うている。技術革新、経済成長の面においてそのまねをしている。日本の経済と生活水準は、何十年か後には現在の米国なみに達する。職業構造も今日の日本とは異るだろう。オートメーションと電子計算機革新の急激な進展がわが国でも予測される。新生の職業と消滅する職業との移り変り、その環境変化に適応できる職業教育が必要となる。それには応用のきく、幅のひろい教養をそなえた労働者をつくらねばならぬ。この急激な産業構造の変化は職業の中身をも変える。生涯を通じて一定の職業という考え方は、今後はもちえないかもしれぬ。その変化に自信をもって立ち向う労働者が未来をもつ。

ここに労働者が禅へ参ずべき契機があるのではないか。またこの急激な変化と進展が人間を駆りたて、疲労せしめ、病人をつくる。米国には精神神経科の医者が繁昌しているという。この方面の医者の治療をうけてもなおらず、慈恵大学森田正馬博士学派の医師の説得により、思想の矛盾ということを知らされ、(三)作務(さむ)労働を通して自己本来の面目にふれ、それを機会に参禅へと進む例が多い。

シュバイツァーの伝記をよみ、生命への畏敬が仏教でいう不殺生戒に関係あり、生きものを殺さず生かす精神は、やがて、すべての事物を、たといそれが使い捨てられ屑籠に投げすてられるものでもそれを活用し再生し、有効に転用し、さらにはそれを尊敬し、それに感謝し、礼拝する精神にまで伸びてゆくべきである。物のみならず人の行為に対しても、殺さず生かすという善意でもってうけてゆく。生命への畏敬は自然への畏敬に伸びてこねばならぬのではないか。それは禅の柔軟心(にゅうなんしん)である。こう考えて生命畏敬を公案として参禅するに至った学生がおる。参禅の縁は随処にある。

参蔵学問をやらねば参禅の機が動かぬというのは、ちとのんきすぎる。今生きておるこの事実におどろかないで、巴利語(パーリー)、梵語(ボン)、西蔵語(チベット)を学び、南伝北伝の三蔵により仏説と仏在世時代の他学派との異なる点を明確にし、さてそれからの修行では日暮れて路遠しであろう。現在日本の学制では、漢訳蔵経による研究すら容易でない。漢籍をよみこなす力が、支那学専門のものでない限りほとんどない。その上に欧州語の一、二を学び、それから梵・巴利・西蔵語に及ぶ。それは困難である。それができたとしても、現代では三蔵学問として不足する。大燈国師は三十二歳の夏、四十日かかって『景徳伝燈録』を書写されておる。これは禅の歴史書であるが、唐から宋初に及ぶ。唐代にはキリスト教の一派である景教が支那にすでに流行した。『景徳伝燈録』にはそれと禅僧との交渉がでておらぬ。『大燈国師語録』には『肇論』『三論』『宗鏡録』等よりの語句が出ている。唯識、涅槃、華厳、法華等の諸宗との交渉もうかがえる。禅はインドにおこり、漢民族の支那において開花結実したのだから、『大燈録』には儒も老荘も易(とき)も伏兵のごとく潜

在しておる。これら中国の諸学派をとかしこんでいる禅仏教と、それとは全く異質なる文化圏の教えとの交渉対決が、『景徳伝燈録』にも、『大燈国師語録』にも見あたらない。創造神、唯一神を否定する経典は三蔵中にあることはあるが、西欧文化と融合し、それから離し得ないキリスト教と仏教との対決は、大燈国師の三蔵中にはないであろう。それは今の仏教家が課題として作ってゆくべき三蔵である。物事を分けて考え、さらに分けたものを組み立てて支配してゆく、というやり方、ギリシア以来の西洋の学術、理性にもとづく哲学と、ヘブライのキリスト教とは調和しかねるものがキリスト教側にあった。その違和も十三世紀頃に一応の調和となり、その思想の流れと、近世発達の科学および機械技術の進歩生産様式の変化にともない現われたマルキシズムとの葛藤が、西欧では現代まで続く。

交渉葛藤のあるところ必ず調和が見いだされるだろう。達観すれば、葛藤がそのまま解決でもある。学問すべしといわれる三蔵資料にはこの葛藤がなく、鎖国の故にそのまま徳川時代を経て明治時代になった。白隠和尚にもこの葛藤が意識されておらぬ。問のないところに答はない。葛藤のないところに問はない。『槐安国語』は『大燈録』に対する白隠和尚の禅的注解であるが、その中には宋元明の雑書からの摘句が見えても、聖書からの引用句は見当らぬ。白隠より前の盤珪古仏が不生禅をときひろめ、キリシタン宗だとうわさされたのだから、白隠がキリシタン宗の一句くらいは下語（あぎょ）におきそうなものだ。明治の文明開化は西欧の表面の模倣で、その根底からの学得ではないといわれる。明治には哲学らしい哲学はない。哲学という語は支那にもなかったのだから、日本にもなかった。

哲学らしい哲学は、大正・昭和に初めて西田哲学が現出した。西田幾多郎博士と鈴木大拙居士とは親友で、精神的双子である。西田哲学は禅の論理学であり、鈴木禅論は禅の心理学であるといわれる。まず人間の心のことわざがあり、生活があり、文化があって、それを後から考えに考えぬいて論理的に約説したものが哲学であろう。この故に、西田哲学の理解には鈴木禅論の理解が先行する。鈴木大拙翁の所説を肯（うけが）いえぬ者が西田哲学を研究しても、その理解は徹底せぬだろう。禅の心理学とは、禅の心理学的解釈の届かぬ禅事実の提唱である。わけのわからぬ公案の提撕（ちから）に

より、作務により、只管打坐によりて、合理的思惟の脱落をきたし、宇宙的無意識におちつくことを提唱するのである。それは心理学でいう無意識ではない。潜在意識ではない。意識でないような意識、絶対否定的意識であり、何の束縛もない法界無意識である。それは西欧ではギリシア以来問題にならなかったことである。東洋人の生活、文化、宗教などはこれから出でてこれにかえる。そこにおいては有が無で、空間が時間で、肯定が否定で、否定が肯定となり、また必ずしもそうでもない。融通無礙で、東洋人の寛容性もまたここに湧きいずるのである。それは西欧的思惟の伝統と異質なるものだから、それを提示するに西欧的説得底では届かぬことを鈴木禅論は説き示すのである。

故に、三蔵学問は鈴木禅論の味解とならざるを得ぬ。現代における禅修行の諸問題は、大拙翁の著書、ことに晩年の書に随処に散見する。ある青年が禅に惹かれ、『鈴木大拙随聞記』の著者志村武氏に相談し、鈴木大拙博士の著書をよむようにとすすめられた。よんで感興を覚えたが、さてどうして実習したらよいかについて思いなやみ、志村氏に再び相談、志村氏はさらに大拙翁にそれをとりついだ。翁の答に曰く、「今迄のしきたり通りの坐禅をして、無心なら無心というものの心境境涯を実感し体験すること、それには坐禅をしなければだめだというわけではない。坐禅を通して公案というものを持ち、公案を通して無心の境涯に入る所に意味があるのだ。坐禅をしなくとも、それを得た人は昔からいくらでもいる。哲学者でもその境涯へいける。」(志村武編『大拙随聞記』一三二頁)

同様の問答が、本講座第一巻の対談「『臨済録』を語る」に見える。質問者の京都大学教育学部助教授上田閑照君は参禅者で、かつドイツ神秘主義マイステル・エックハルトの研究者だから、大拙翁の答も随聞記に見えるよりもより明白で、より精密である。「禅そのものは坐禅ではなく、臨済も坐禅などしても何にもならんというが、実際、臨済自身、娘生でなく体究錬磨一朝にして自省すといっており、また後にも僧堂で坐禅を続けているようなことが語録に窺える。無位真人を捉まえるために、どうしても坐禅が基礎になるのじゃないか」との問いに鈴木曰く、「そこが微妙なところだね。『臨済録』には、自分は生れながらに得たものじゃない、やはり修行したと書いてある。そいつ

は間違いないんだ。ところが、そいつを真正面から説く場合には、何をいってきても皆叩くんだ。坐禅をしてからでなけりゃできないというのは、六祖慧能が慧ということで破った。黄檗のところで三年も坐禅して、なおわからん。だから坐禅そのものじゃない、その解らんところをしっかり見なくちゃいかん。何度黄檗に打たれても解らんものが、黄檗与麼に老婆親切なり、という大愚の一言で解ったということは、そこに慧が展開したのだ。それは坐禅のはたらきというより、坐禅をさせるもののはたらきだ。そいつを見にゃいかんとわしは言うんだ。坐禅に囚えられると、坐禅中にいろんな妙な境涯を見ることになる。その境地を本物だと思う。心理学者や、精神分析の人が好むところだ。そいつがいけないんだ。無字を拈提する時、ただムームーと行くのかというと、そうじゃない。白隠は無字に何の面目ありや、無字はどんな顔をしているかというように疑を起してる。白隠の狙っているところは之は何だというwhy(何故)だ。それがないと駄目だ。無字をただ唱えてゆくと、心理的経過に目をとられて、無字から出てくる転換を忘れてしまう。臨済が押しつめられたところは一種の定で、Uniformity(一相性)だ。それを転じてアッということがなければいかんのだ。宋代になると囫地一声というが、あれが大事で、アッとか、ウンとか、是れということがなかったら駄目だ。それが慧で般若で人だね。」

上田氏問うて曰く、「定に入るということと、それが破れて慧が出ることが人を得ることでしょう。その場合公案は必要じゃない、無しでもよいといわれますが、普通の人にはやはり坐禅をし、公案を拈提するという形が一番いいんでしょう。」鈴木曰く、「今のところそうだね。それが型に嵌るからいけない。しかしそういうものがないと、どうしてよいか解らんのだ。その点、無師の智を発見した人は大変なものだね。形はあるからありがたいが、同時に邪魔になる。なくてはならず、あって困るから難かしい。だから臨済のいうことは矛盾だらけだ。」

かく迂余曲折して、普通の人はやはり坐禅だ。ただヒョット慧が出てくるために定に入っていなくてはいかん、というのである。唱題とか念仏とか陀羅尼とかを繰り返しやっていくと、文句が頭にこびりつく。それが三昧境を現じ、

分別なしに仕事ができる。禅ではそれをもう一転せよという。今の心理学者や宗教学者はなるほど立派な論を書くが、最後の一転がない。禅にはそいつがある。かつ禅の背後に仏教のしっかりした哲学があり、それが悟後の調べに役に立つ。そして西田哲学が問題となってくる。

さて、坐禅も、定も、慧も、公案も人間に即したもの、人間は生きもの動くものだから定は必ず動く、慧も必ず動く、公案も必ず動く。故に、坐禅が坐禅に徹しきると必ず破れて慧となる。そうならぬのは形式に堕した、抜けがら坐禅だからだ。大死一番底の坐禅、なんとしてもやってのけるという問題意識の凝集状態の坐禅ならば、その凝集状態は行住坐臥の根底となって、行住坐臥を凝集状態の延長たらしめる。

禅は坐臥にあらずといい得る慧は、その凝集三昧の脱落から来る。その裂破の機縁は人によって異る。慧もまたうごく。「黄檗の仏法多子なし」は破夏(よげ)の因縁と動き、無位の真人何の乾屎橛(かんしけつ)だといって方丈に帰る、と動く。その慧は大拙翁によりて人の解説と動く。公案もまたうごく。葛藤集に印刷された公案は活字に過ぎぬ。学人が提撕(ていぜい)すると、初めて本当の公案となり、看話(かんな)となって動き出す。無の公案が有となり、森羅万象となり、着衣喫飯となり、いろいろの公案となり、三蔵と伸びて動く。

鈴木大拙即非禅論となって動く。無字がうごいて、法華経とも、華厳経とも、涅槃経とも、無量寿経とも、『歎異鈔』とも、『安心決定鈔』ともなる。飛躍しては、「初に言葉あり」の言葉ともなり、「ありてあるもの」ともなる。動かぬなら無字が固定したものとなりて、無我、空、如、でなくなる。真の自由自在底、無限の可能態、無限的創造態であり得ぬ。さる禅師が達磨坐像に賛して、「我れこの愚を学ばず」と。それ坐禅が下化衆生と動き出した！ 建仁寺の黙雷禅師が自画の達磨に賛して、「直指人心見性成仏。何を以て験となす。南無阿弥陀仏」と。それ看よ、禅が念仏とうごいたぞ！ この故に、只管打坐を主張する道元禅に『正法眼蔵』百巻の転慧があり、逆にこの『正法眼蔵』を読み縮めると義雲禅師の頌偈(じゅげ)、面山和尚の述賛となり、さらに約読すると坐の一字に帰着する。正法眼蔵的参

究の機を含蔵する坐は、白隠禅の無字や隻手音声に通ずる。白隠禅で錬ったものは『正法眼蔵』も有難く拝読できるはず。また、『正法眼蔵』をよんで生死の巻などに至ると浄土教的匂いを発散する。

盤珪禅師の不生禅、身の上の批判禅は公案を否定する。しかし学生にその語録（岩波文庫本）をよましめ、不生でいよ、思案なしでことすむ、といいきかしても、読書人である学生は善男善女の素直さがなく、何かとひねくるから不生が公案となる。『盤珪語録』の逸事等をよむと、禅師の言行がそのまま公案となり、我らに迫って看話的役割をなす。また盤珪禅師も、如法寺で上足の弟子たちに古則公案を看せしめられたと伝記にみえる。

『楞伽師資記』（大正蔵経第八十五巻）に「大師、また事を指して義を問う、但一物を指して喚んで何物と作すと問う。衆物皆之を問う。物名を廻換し、変易してこれを問う」とあり、これは「竹篦を竹篦といわずになんという」と同じことだ。これは一種の看話禅である。名称文字や概念に捉われ、論理の自由を得ないものにとっては、この「廻換変易」の法ほど有効なものはない。達磨接得の手段のいかなるものなりしかがわかる。橋は不動で水は流れると固定観念せる者に対して、「橋は流れて水は流れず」といえば、忽然として従来の見解を捨てるべき機会が与えられる。仰山のところへ潙山から一枚の鏡が来た。仰山、大衆に提起していう、「これは潙山の鏡か、仰山の鏡か、道い得る者があらば撲破せずにおく」と、これが達磨の指事問義である。門外是れ什麼の声ぞ、と問われて「雨垂れだ」と答えると、「衆生顛倒、己れに迷うて物を逐う」とたしなめられる。水をまだ出ぬさきの蓮が蓮花で、水を出てから荷葉だとすれば、何が何やらさっぱりわからなくなる。看話禅における這般の葛藤を見るものは、達磨の指事問義、廻換物名がいかにこれと気脈を通じているかを見得るだろう（大拙『達磨の禅法と思想』）。

柴山全慶老師は盤珪禅の究極は、内容的に「不生の仏心」を主張するところにあり、化度的に「身の上批判」を一振刀として、直下に安心決定を迫る、即ち質問者の主体の宗教的転換をはかるところにあるとして、その身の上の批判が禅の創造時代を生き、初期禅宗史上に活躍した祖師たちの接化手段とはなはだよく似ていることを指摘せられ、

大拙翁の上記の説を次のごとく補足せられる。「ここにいう事とは現前する差別の事相と見るべきである。故に指事問義とは、差別の事相に即して宗教経験の妙義を問うことにほかならぬ。達磨は実証主義の禅者たる一面をもっており、単なる観心静慮の行者でなかった。具体にいえば、物名を廻換し変易して之を問うことにほかならぬ。例えば『楞伽師資記』求那跋陀羅伝に『事に就いて徴し、樹葉を指して是れ何物ぞと問い、又云わく、汝瓶に入り柱に入り及び能く火に入るや、又云わく此木は是れ何物ぞ』と問うた記事がある。当時行われし事上的直示の問話が想像され得る……。宗教において、特に禅では思想され概念されたるものは常に『この私』という具体的な人格上の体験に還元されなければ、一切は死物となる。体験こそ禅の生命で、思想の根源でなければならぬ。直指人心は具体的には指事問義、さらに身の上の批判であり、身の上の批判は実際的に一種の指事問義であり、原始禅的看話であったと見ることができる。」(『鈴木大拙博士頌寿記念論文集』および神戸大学般若団誌『般若』第十二号)

以上で、盤珪も、道元も、白隠も、公案を看せしめる点において通ずるところあり、また看話は初期の禅者においても無視されておらなかったことが明らかになった。しかもこの三者の僧堂では、坐禅が必須であった。道元禅師は、学道の最要は坐禅これ第一なりとも、参禅は即ち坐禅なりとも力説され、盤珪禅師は平生昼夜となく、紙で作った一間半四方の蚊帳のようなもののうちに坐っておられた。夏の暑い時でもそうであった。「謂うなかれ終朝兀坐すと、無量の妙義その中に在り」と頌していられる。如法寺にて弟子の英霊漢二十余人を激励のために再び奥旨軒に入れ、閉門打坐せしめられ、一冬の間みな横にならなかったという。

坐禅が禅道のみならず、諸芸道を習得する上に、また医療、摂生の上に効能あることが、近頃ことに生理学者心理学者等において実証されている。大拙翁もまた、西欧哲学者の思索時の姿勢を調べ、坐禅の姿勢のすぐれたることをある時は力説されてもいる。その効能を認めながら坐禅を重視せぬわけは、坐禅の心理的な現象に学人が執着し、これが本当の悟りだと求道心を途中で停滞せしむるのを憂うるからであろう。

ともあれ、大燈国師が遺誡において「無理会の処に向って窮め来り究め去るべし」と仰せられた一句は、坐禅に執着し、坐禅中の心理的な現境にひっかかる禅病を救う頂門の一針である。見性に関する心理的処置とか、心理主義と(四)かは、この一句で以って雲散霧消する。いわゆる見性は宗教生活の入口であって、最後ではない。得たものはみな理会底となって放棄さるべく、我々の求道は無限にすすまねばならん。公案参究もまた無限でなければならぬ。一は無限に転じ行く。一則の公案は、無限の公案による一則なるが故に、此処即今が無底無限の深淵であり、大悟十八度小悟数を知らずというのは驚くに足らぬ。

『大燈年譜』をみるに、二十六歳の大悟までに幾多の看話をやっておられる。二十八歳、大応国師の心喪をおえて京、東山雲居庵に棲止し、跡を没し、光を韜り、納子わずかに六、七輩と共に刻苦自励して寒飢を忘るるに至る、とあり、二十九、三十、三十一歳のところには記事がない。一休和尚が『大燈国師語録』に跋する頌(五)「挑起大燈輝大千　鸞輿競誉法堂前　風餐水宿無人記　第五橋辺二十年」は、国師が五条橋下乞食の仲間に入ってその世話をしていたという聖胎長養を詩にしたものであるが、その話は二十八歳から三十四歳に紫野に庵居するまでの五、六年間に加茂川原の乞食らと交渉したことが実際にあったからであろう。ここに托鉢の乞食行がさらに進一歩して彼らに衣食を与え、自ら仲間となってその世話をする積極性を含むことに注意したい。ここまで自己を空しくして人のためになり得てこそ、指事問義が徹底するのではないか。身を以って人に供養するという行動において、名利が忘れられ、見性が真の見性となる。今の日本の僧堂では、田野も山林も少なくて、耕作とか造林とか普請仕事がすくなくなり、作務が形式に堕す。

無理会の処に向って窮め来り究め去るべしとは、労働作務の行為による直観を力説せられたものと見るべきだ。野外に綿蕝は、いかなる茅屋にても修行を怠らぬという意味だから、いかなる時処にあっても手足を動かし、身を以って人に供養することが己事を究明することになる。大拙翁もこのことを志村氏の著書の序文に述べていられる(六)随

聞記』二五〇頁「いつまでも苦海にいたい」の章を参照)。

まず坐禅すると対立がなくなる。反対が理解される。こちらを離れてそのものになり得る。愛がわく。慈悲というか、親和感がわく。臨済なら曹洞へと理解がうごく。禅がその位を離れ念仏——これもいろいろあるが、その究極の親鸞上人がいただける。五十にして天命を知り、(六)伝統における自己の非力を知り、伝統への使命感が内面からわく。知命は孔子の発願文であることが内感され、大慧禅師発願文(七)が自己のものとなる。何をきいてもそれを理解し受納し、いわゆる耳順の徳がただようてくる。心の欲するところに従うて矩を踰えずは、自慢ではない。なぜならば、初めからずっと矩はずれだからである。

某国の総領事夫妻が来りて私に問う。仏教は今の日本の民衆とは遊離している、宗教としての実力がない、といわれますが、君はどう思うかと。答えて曰く、「仏教は日本で今も大いに力があり大繁昌です。私一人の裡で大繁昌です。朝から晩まで怒ったり愚痴ったりで、それはそれは仏法大興隆でございます」と。外人微笑してよくわかりましたと。私の知合いの一燈園さんは園の托鉢行に徹し、禅に融会し、禅に和して念仏に遊歩し、念仏を忘じてキリスト教におどろいている。曰く「禅の坊さんは法衣をぬぎ幼稚園の小使さんを三年以上やれ、絵本を識得せば一生参学の事了る、とわしはいうのだ。絵本を逆によむ、アリマスをスマリアと逆読する、あるいはわざと発音を歪曲して無茶苦茶によんできかしてなお園児がよろこび、伯父ちゃん読んでよんで、となつくなら一人前の子守り役がつとまるといえる。それは、無茶苦茶によんでも子供が喜ぶのは読み手と子供とがよむことの始まる前に、互いに親和的に通じているからだ。これを声前の一句という。声前の一句千聖不伝という。子供の守りでこれが手に入る。もちろんそれがためには大小便の世話もしなければならぬ。釜ケ崎地区(八)では子供の誘拐がたえぬ。警察へ届けなくても、二、三日すると子供が元気で帰宅する。親は労務者で晩の外は不在、子供は淋しい、親代りのおじちゃんに懐く、独身の労務者も淋しいから子供と遊びたくて誘拐する。坊さんもこの方面へ子守り役に行くべし。二、三、四、五歳位の子供の

表現と禅高僧の表現とが類似する。描く汽車に子供は乗っている。描く草花と一体になっており、庭前柏樹子は趙州で、暁の明星が仏陀の眼であることは、幼児の世界ではあたりまえのことである。子守りによって大人は公案の会得(えとく)ができる。幼児は自分の造った泥人形を拝し、あいてくるとこれを蹴とばす。分別くさい大人は、子供に学ぶことによって無分別の淵をのぞくことができるだろう。次に禅坊主は、神経科病院の看護婦長下の小使を三年以上つとめよ。入院患者に慕われ、外来患者の顔色を一見弁見、心のもつれを多少はかんづきて、その相談相手ができる位になり、しかも婦長さんや炊事課の人にもなつかれるなら可、ただその間に性的なもつれがあっては落第である。次に精神科医院の小使をつとめること。五百円紙幣を出し、これで煙草を二箱買って千円札でつりを貰ってきてくれという患者の注文である。一度あることは二度、三度と重なる。この不可能な注文をどうやってのけるか。看話禅では疎山寿塔という難問がある由。頭の狂った病人のこの注文にくらべたら、疎山寿塔の公案なんかは屁のカッパだ。衆生病むが故に我病むなり。禅坊さんはもっと下におりてきて、病める人の味方になって欲しい。これこそ君の尊敬する大燈国師が遺誡の無理会のところに向って窮め来り、究め去ることの具体化ではないか。これが、我ら俗人が禅坊主に要求する宗匠検定法(一〇)なんだ」と。私はこれには返す言葉もありません。それ故、へたの長談議もこれでやめます。

註

(一) 一日中午前六時にのみ食をとること、食事は厳粛なる行事故に斎(ものいみ)という、時とよむ。
(二) 経呪讃偈等をとなえ一定の軌道をめぐること、一日に六度やるなり。
(三) 森田正馬・水谷啓二著『神経質問答』(白揚社)をみるべし。
(四) 秋月龍珉著『鈴木大拙の言葉と思想』(講談社)の心理禅批判をみよ。
(五) 心の燈をかかげて三千大千世界をてらす(起句)。天皇の鸞輿(みこし)につき従って月卿雲客が国師の大徳寺法堂に詣ることを誉れとしてあつまる(承句)。風をくらい水に宿り、枯淡な生活を苦にせず修行せられたことを人はおぼえていぬ

（転句）。京都の鴨川の五条橋下で二十年も乞食に交わっての聖胎長養がこのように輝いた（結句）。起句の大千が一天となってる本もあり、同じ意味なり。

（六）知天命、耳順。『論語』為政第二の四。

（七）臨済宗各僧堂では晩の勤行にとなえる。浄土宗善導大師の発願文に似ている。

（八）大阪の南部で昔は今宮といった。労務者のあつまっている区域でよく問題がおこる。お上の役人は愛憐などとよい名をつけたが、名前をかえても実がなければ駄目駄目。

（九）白隠がやかましくいう難透公案の一つ『葛藤集』（下）のはじめの方に出ている。

（一〇）南天棒老師が編みだし、建仁寺の黙雷、円福寺の宗般、両老師の賛同を得て、当時の妙心寺の当局に提出したが採用されなかった。公案を系統的にならべ、一つ一つの公案についての下語とか附題とかの数を定めたもの。禅坊さんの試験問題集。

坐禅独習の手引

秋月龍珉

面授の指導が大事

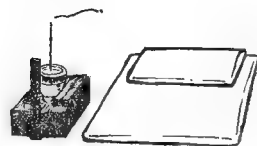
この講座の読者の中には、地方に住んでいて、近くには禅寺もなく、まして禅の師家(しけ)(有資格の指導者)など得られそうもない人々があろう。そんな人々の中にも、「禅はひっきょう坐らなければダメだ」と分って、自分で坐禅をしてみたいという志を起す人もあろう。ここにはそうした人々の為に、簡単な坐禅の独習の手引を書いてみたい。なお文章では届かぬところは、千地琇也(ちじひでや)画伯を煩わして線描画で補っていただくことにした。それでもなお、直接的な指導にまたねばならぬ点が残る。そこは読者各位が一日も早く、何とかして正師について、親しく面授の指導を受けられるよう祈ってやまない。

坐禅の前の注意

最初に、坐禅の前の注意を二、三。まず食事と睡眠と坐所について。食事は過不足なく、必要の栄養を腹八分めにとり、初心の内は食事の直前とか直後の坐禅はさける。睡眠も少なすぎぬよう、またむさぼりすぎぬように。坐所も初心の間は、静かで清潔な所を選び、光線も明るすぎず暗すぎぬように。また日光の直射する所とか、風の強く当る所などもさけた方がよい。坐禅を志す者はこうして万事に、みずから中道を心がける。これを「戒」という。この戒

第一図

第二図

第三図

の上に「定」(禅定)を修し、「定」から「慧」(智慧)を証するところに、仏心宗の「禅」がある。

調身―体が坐る

以下に、実際の坐禅の仕方を、調身・調息・調心の順序で説明する。初めに調身――身体を調えるということ。禅では坐相(坐った姿)ということをやかましくいうが、それはこの〝体が坐る〟ということが坐禅の第一の条件であるからである。

まず大小二枚の坐布団を用意する(第一図)。一枚はアグラをかいて膝頭が出ない程度の大きなもの、これは厚くて柔かなものがよい。もう一枚は円形のものでも、普通の小さな坐布団を二つ折にして使ってもかまわない(図のようにヨコにして使っても、うしろにはみ出してタテでもよい)。

結跏趺坐と半跏趺坐

坐所に向って合掌してから、小さな坐布団の上にアグラをかく。ふたたび合掌して、右の手で右の足の親指のあたりを持って、これを左の腿の上に、カカトが下腹につくくらい深くのせる(第二図)。次に左の手で左の足指を持って、これもまた右の腿の上に深くのせる。こうして両脚を組み、足心(土ふまず)が天井を向くようにして坐るのを、「結跏趺坐」という(第三図)。

坐禅には、この結跏趺坐という坐り方が一番安定した坐法なのであるが、中には初めからこんなふうに容易に脚の組めない人がある。そういう人々は「半跏趺坐」といって、片方の脚だけをあげて坐る。まず右足の足心を左の内股にぴたりとつけて、左

第四図

第五図

第六図

足だけを右の腿の上にあげる（第四図）。

半跏趺坐の時の注意

このとき注意しなければならないのは、あげた方の脚の膝頭が浮くことである。これでは不安定で坐禅の姿勢にならない。その時は、尻にしいている坐布団をもう一枚重ねて高くしてみる。そうして、少々上体を前に倒してまず両脚の膝頭をつけて、それからおもむろに上体を真直（まっすぐ）に起してみる。カナエの三足といって、両方の膝頭と尾骨と、この三点がぴたりと地について、底面に二等辺三角形ができるように工夫することが大切である。結跏の場合はこれが自然にできるだけに、すぐれた坐法ということができる。

降魔坐と吉祥坐

このように左足を上にする坐り方を「降魔坐（ごうまざ）」（第四図）といい、逆に右足を上にするのを「吉祥坐（きちじょうざ）」（第五図）という。従来は前者は修行者の、後者は仏の坐法だなどと称したが、そんなことにとらわれず、できるだけ偏（かたよ）らずに左右交互に組みかえるがよい。これは「金剛坐」と称する結跏の場合でも同様で、左右どちらを上にしてでも自由に坐れるように訓練するがよい。

古来「婦人は半跏」などといわれてきたが、これも男女の差別はいらぬことだ。ただ脚を組む際のその運び方には、女は女らしい美しいフォームが表現できると思う。坐には男と差別はないといっても、この国古来の美しい女のたしなみを忘れた無神経な動きはいただけない。

第七図

第八図

第九図

無理をして坐ってはならない

女は半跏、などということよりも、男も女も正しく結跏が組めるように、努力することが望ましい。その際、注意したいことは、くれぐれも無理をしないということである。坐前・坐後に十分に、柔軟体操をして、足を無理なく組めるように訓練することは、初心者の大事な心得である。どうしても脚の組めない人は、体操の後で仰臥して空中で組んでみるとよい。そうすると割にやさしく組めるものである。

結跏も半跏も無理な人は、しばらく日本坐で坐る。この場合は、二つ折りの坐布団をタテにして、馬に乗る時のように、その上にまたがる。このとき両方の足指をまたがった坐布団の中に入れて、膝頭を四十五度以上に開くことが大切である。そうしないと、前にのべたカナエの三足、底辺の二等辺三角形ができない。女の人は、いずれの場合もズボンかハカマをつけるか、フレア・スカートをはくか、または膝前を何かで覆って坐るがよい。

体のきめ方のコツ

これでまず何とか脚が組めたとして、次に坐禅の体を決めるために、準備体操をする。まず時計の振子のように上体を左右にゆる（第六・七図）。上体を一本の棒として地軸にゆりこむような気持で、腰をすえて初めは大きく、だんだんに小さくゆって、振子がとまるように真中心でぴたりと止める。次に前後に上体をゆる。初めは頭を前のたたみにつけるほど深く、後にそる時は首筋をのばしてできるだけのけぞる。こうしてだんだん動きを小さくして、真直なところで静かに止める。

第十図

第十一図

第十二図

こうして、いよいよ坐に入る時に、もう一度上体を四十五度の角度で前方に倒して、腰をぐっと後方に突き出すようにして、突き出した腰の位置はそのままにして（第八図）、上体だけを真直に起す。そのとき後頭部で天井を突き上げるようにすると、後頸がのびて自然にアゴがひける（第九図）。次に、頭から首筋、肩、胃と順に上体の力をぬいて行く。そして胸をはらずに、横隔膜を落とす。ヘソから上のどこにも力を入れない、これは坐禅のコツの一つである。

臍下丹田に気力を充実する

こうして臍下丹田（ヘソの下、三〜六センチのところ）に気力を充実する。坐禅というとよく誤られるように、気ばってむやみに下腹に力を入れるのではない。つまり尾骨のやや上のあたりに力を入れて、腰をのばしてぐっと突っ立て、下腹を両の股間に割り込むような気持で少し前につき出し（その際、口伝によれば、肛門の筋肉をぐっとしめるのを秘訣とする）、上半身をその上に垂直に立てる。古人はこれを「青竹の節をぬいたように真直に」といったが、このとき頭の頂きから硬貨を落とすと、真直に尻の穴へちゃりんと抜ける。こうして先のカナエの三足が地について、底面に二等辺三角形ができ、その上に上体を真直に突っ立てると、尾骨と両の膝頭とから頭の頂きに向けて稜線を引けば、三角錐体ができる。そのとき重心は、底面の三角形の中心にストンと落ちる（第十図）。

眼は半眼に開く

耳から垂直に線を引けば肩の上に落ち、鼻とヘソとが正しく相対する。口はへの字

第十三図

第十四図

第十五図

に結んで、歯は上下軽くかみ合わせ、英語のlの発音の時のように、舌先を上アゴにつける。眼は半眼といって、鼻端をかすめて前方一メートルほどの空間に、無心に落としておく（第十一図）。その要領は、一度眼を見開いて、まず真正面の自分の眼の高さの所を見、頭をそのまま動かさずに、視線だけ一メートル前方に落とすのである。坐禅中は決して眼をつぶってはならない。

手の組み方―印相

手は修行者は右手を下に左手を上にして（仏は逆）。掌を上に向けて重ね、両の親指の腹を合せる。腕は自然にたれて下腹のあたりにおく。これを「法界定印」という（第十二図）。しかしこの手の組み方は、ともすれば印相がくずれてだらしなくなる恐れがあるので、初心の間は両手を軽く握って坐ってもよい（第十三図）。この場合も左手で右手を握る。左を上にというのは先の降魔坐でもそうであるが、「左は禅定・右は智慧」と考えて、凡夫の愚痴を禅定で制している形である。仏はその逆で、禅定から真智（般若）がこんこんと湧き出る姿とされる。だから印相も吉祥坐では右掌を上に、降魔坐では左掌を上にと教えられる。

調息―呼吸が坐る

これで身体は坐った。しかし坐禅は単に体が坐るところに真のネライがあるのではない。むしろ心が坐るということが眼目である。一メートル前方に視線を落してといった。眼は開いているから物が見える。しかし見ようとしてはならない。逆に見まいとしてもならない。見るのでもない見ないのでもない、見てしかも見ないとでもいお

うか。一切の意識を働かさないで見るのである。無心で見るのである。しかし、いきなりそうは行かぬので、実際の修行では調心の前にまず調息の工夫をする。調息すなわち呼吸を調えることは、調心——心が坐るための修行の大事な前提である。

まず以上の坐相が調ったら、自分がふだんどんな呼吸をしているか、じっと静かに自分の呼吸を見つめてみる。食物をとらないで水だけ飲んでいても幾日かは生きられる。でも呼吸をしないでは人間は何分と生きられない。けれどもほんとうに正しい呼吸をすることは、なかなかむずかしい。古人は呼吸を分析して「風(ふう)・喘(せん)・気(き)・息(そく)」といった。風はズウズウ音のする呼吸である。喘はハアハアあえぐような息づかいである。気は音もせずとどこおりもしない、大分よい呼吸であるが、まだ荒い。最後の息というのは、この気を行く所まで行かしめた完全な呼吸である。出入綿綿として呼吸をしているのかしていないのか分らない。正しい姿勢で坐禅をしていれば、呼吸は自然にこのように調ってくるはずである。

丹田息の修練

そう言っても、やはり初めは少々意識的に訓練せねばならない。先にのべた姿勢で、尾骨の上、ヘソの裏のあたりに力を入れて、腰をぐっと突っ立て、下腹を前にやや押し出した状態で、肛門をぎゅっと引きしめ、口をとじて鼻から、腹筋を使い腹圧を利用して、「静かに、細く、長く」腹式呼吸をする。吸う時は、ミゾオチに力を入れぬようにして、静かに深くヘソの下まで吸う。吐(は)く時は、下腹の腹圧でヘソの下から呼気が出るようにする。こうして出入ともに丹田に「気」(東洋の哲学では、身体と精神とを媒介するものを「気」という)を存して、そこを充実させるように努めることが大切である。これを「丹田息」という。初めは意識的に工夫するが、やがて習熟すれば、自然に無意識の中にできるようになる。

健康な大人の呼吸は一分間に十七回前後というが、坐禅に親しんでいると、自然に息が長くなって、回数も五、六

回から二、三回に減ってくる。すなわち長息(長生)できるようになる。禅では決して健康になる為に坐禅をするのではないが、結果的には自然に健康になるはずである。

坐禅の前の深呼吸

以上は一般的な調息の工夫であるが、坐相を調えていよいよこれから坐禅を始めるという時、最初に深呼吸をするがよい。まず口を大きく開いて大気と下腹と直結するつもりで、つまり咽喉や胸部を使わずに、下腹を収縮した力で、胸底を空っぽにするつもりで、綿々と長く吐いて吐いて吐きつくす。およそ三十秒ほども吐く。炭酸ガスを吐くだけでなく、体中の毒気や濁気、心中の煩悩妄想に至るまで、すっかり吐き出してしまう。実際やってみると、このたった一息で、今までの環境と途端にすっと絶縁したような心境になるから不思議である。吐き尽くしたら、下腹の緊張をゆるめて口を閉じる。そうすれば外界の大気の圧力で鼻から自然に空気が入ってくる。入るに従って、胸から下腹へと充ちるまで十分に吸い込む。吸い込んだら、ちょっと息をとめ、腰を張り出すようにして、吸った息を下腹にすくい上げるような気持で軽く押し込む。この時に決して気張ったり力んだりしてはならない。ただ肛門をしめるのが秘訣である。そして苦しくなる直前に前のように徐々に吐き出す。こうして深呼吸を数回もくり返すと、冬でもポカポカ暖くなる。頭がスカッとして、それまで何をしていても、これから坐禅に入るのだという身心のスイッチの切りかえが、これで見事にできる。

いよいよ坐禅に入ったら、もう深呼吸はやめる。坐禅中は自分のペースで、自然な呼吸——丹田息を行うのである。いつまでも無理な深呼吸をつづけてはならない。

調心—心が坐る

いよいよ本来の目的である調心の説明の段階にきた。まず精神を集中統一して、いわゆる三昧に入る工夫である。これには「数息観」が一番よい。数は、かぞえる、息は、先の完全な呼吸。「心を数に傾けて散乱せしめぬ」よう、

ひたすらに呼吸を数えてゆく観法である。古人はこれを「安那般那（あなはな）の法」とも言った。いろいろやり方があるが、普通は呼気（吐く息）を主として数えるのが、正しい三昧に入りやすいと説かれる。出る息を丹田から天地に向って吐き出すような気持で、その息の行方（ゆくえ）を心の眼で追うようにして、声には出さずにこれを「ヒトー」と数え、ついで吸う息を「ツー」と数える。こうして十（とお）まできたら、また初めの一つにもどって、これを何度でもくり返す。

数息観の注意

この際、大切なことは、吐く息と吸う息の転ずるところが、丸くスムーズに、全体の呼吸が卵型になるようにすることである（第十四図）。ピストン型のぎくしゃくした呼吸はいけない。それで初めは意識的に、この呼気と吸気の転換のところがスムーズに行くように工夫してみる。具体的には、まだいくらか吐けるところで、全部吐き切らない内に吸い始め、まだいくらか吸えるところで、セーブして吐き始めるようにすると、自然に丸味をおびた楽な呼吸になる。

しかし、こうした意識的な訓練に、あまりいつまでも囚（とら）われることは、かえってよくない。最後の秘訣は、全身のどこにも力をいれず、身心をただあるがままにすると、呼吸は自然にあるべきように調ってくる。この自然な完全な息を、ただひたすら下腹で数えてゆくだけである。ここまできたら、もう呼気と吸気を区別せず、「ヒー」で吐いて同じく「ヒー」で吸うがよい。こうしてヒ・フ・ミ・ヨ・イ・ム・ナ・ヤ・コ・トとただ只管（しっかん）に数えてゆく。

この際、息と数とが二つになってはいけない。ひたすら「心を数にかたむけて」といった。〃ヒー〃という「呼吸の行く先を心の眼で追うようにして」ともいった。その心の方に力点をおいて、その〃ヒー〃に呼吸がついてくるようにするのである。「出る息の行方を心の眼で追う」とか、〃ヒー〃という「声のない声を心の眼で観（み）つめてゆく」という、この心の眼が大事である。数息観は数息という観法であって決して単に数息――息（いき）を数えるというだけではない。

坐禅はもう「数息観」だけで結構なのであるが、いま一つの「随息観」という観法をも紹介してみる。数息観がうまくできるようになった人、また反対にどうしても数息観が上手にやれない人は、時にこれを試みてみるがよい。それは、もう数を数えるのをやめて、ただ出入の呼吸に随って行くだけの坐禅である。「入我・我入」といって、吸う時は天地をわが腹中に納め（入我）、吐く時は自己が天地の中にとけ込んでゆく（我入）――こうして一呼吸の間に天地と融合する心境を練磨するわけであるから、数息観よりも単純であるが、到り得る境地は深い。

安・般――すなわち入息（安那―遣来）・出息（般那―遣去）を調えて、この出入の二息を縁として調心工夫するのである。ここには、数える為に呼吸するとか、数と息とが二つになるとかいう心配はない。自然の安那般那、おのずからなる己れの息を、雑念なく、ただ専一に見つめるだけである。そこではもはや結跏（半跏）さえも必要でないと言えよう。病気の時は寝たままで、苦しい時は苦しいままで、ただひたすらに出入の二息を調えるだけでよい。ここまでくれば、道元禅師の主唱される坐禅の極意としての「只管打坐」まで、ほんの一息である。

次に調心の第三法の「公案工夫」については、ここには割愛する。それは何としても親しく正師についての上での参究でなければならぬからだ（公案と師家への参禅については小著『公案――実践的禅入門』筑摩グリーンベルト・シリーズを参照されたい）。

出定の注意――定力と般若

定を出ようとする時は、まず心を解き、次に口を開いて気を放ち、それから徐々に前後・左右に身をゆり動かして、そののちに安詳として起つのである。決して粗暴にいきなり坐を起ってはならぬ。それは出定ののちも坐中に養い得た「定力」（坐り込んで成りきった心身の統一力）を護持する為である。水底の珠を探ぐるには、まず水面の浪を静めねばならない。定水湛然たる所にこそ、般若の心珠は現前する。経にも「無礙清浄の慧は、みな禅定によって生ず」とい

う。禅は「悟をもって則と」する。「真正の見解」（無礙清浄慧・般若）を体得するところに、禅の真の目的がある。その為には何よりもこの「定力」を練ることがもっとも大切である。そして定力をつけるには何といっても「坐禅」が一番である。

一回の坐禅の長さは、初めは二十分くらいからだんだんに延ばして、三十分から四十五分ぐらい坐れるように修練する。時間を計るには線香をちょうど坐りたい時間で燃えつきる長さに切っておく。要は、朝夕一坐か二坐ずつ、毎日たゆまずに坐る習慣をつけることである。あとは雪だるまのように、坐禅がその人の禅を導いていってくれる。

経行と動中の工夫

せっかく坐禅で練った定力を、起った途端にぬかしてしまっては何にもならぬ。白隠禅師も「動中の工夫は、静中に勝ること千万倍す」といって、日常動中の工夫をすすめていられる。「動中の工夫」とは、坐禅の静中に培った「禅定力」を、日常の行・住・坐・臥の上に護持して、さらに練り上げて行くことである。この静中から動中の工夫への橋渡しをするものに、「経行」がある。経行とは、立って堂の内外を歩くことであるが、まず坐から立ったら叉手当胸といって、右手を軽く胸に当てて、その上に左手を重ね、左右の手を交叉して、両腕を水平にする。このとき眼は二メートル前方に視線を落とす（第十五図）。

曹洞宗では「一息半歩」といって、一呼吸の間に半歩あるくが、臨済宗では「耳で風を切るように」颯々と早く歩く。妙心の「走り経行」などという。曹洞の牛歩、臨済の虎走、ともに一長一短であるが、初心の内、定力のたりない間は、動いた途端に坐中の三昧が失われやすいものだから、数息観なり随息観なりをしながら経行する為には、洞門のきわめてゆっくり歩くやり方を学ぶ方がよいであろう。

経行はまた初心者にとっては、坐禅のつかれを癒し、坐中の脚の痛みを取り去って、心機一新する為の方便である。経行のあとの坐は誰でも一段とよく坐れるものである。

ちなみに、坐中にたまらなく眠くなることがある。その時は一炷（線香一本もえつきる間、普通三十分か四十五分）だけ思い切って坐睡（坐ったまま首だけ垂れて眠る）するがよい。そして二炷めから気合をこめて坐り直す。もちろん自分一人で坐っている時なら、一たん横になって、英気を養ってから改めて坐り直してもかまわない。

せぬ時の坐禅

至道無難禅師に「坐禅の大事」と題して、

　せぬ時の坐禅を人の知るならば
　　なにか仏の道へだつらん

という歌がある。せっかく在家の忙しい生活の中で、朝夕一坐か二坐、坐禅に努めたとしても、大部分のその他の時間に抜けてしまっていたり、妄想散乱をほしいままにしていては、何にもならない。そこで「せぬ時の坐禅」が「坐禅の大事」となる。まず用事にかかった時は、その用になりきって一所懸命に勤め、ちょっと用向きの合間ができた時は、すぐその場でどんな姿勢でもよいから、腰をすっと延ばして、数息（随息）観に取って返す。これを動中の工夫というのである。この動中で相続した力をまた静中に移し、静中で三昧に入った力を動中に移し、互に進修する。せっかく坐禅で少しずつ磨きをかけても、日用の上で、勝手放題に妄想を起し、心を散乱にまかせていたのでは、卵を暖めたり冷やしたりして、ついにくさらしてしまうようなものである。

正三道人は「動中の工夫」からさらに進んで、「在家の生活がそのまま仏法」と説く。あるとき百姓たちに向って言った。――

「農業がそのまま仏行である。したがって農業のほかに別しての修行はいらぬ。お前方も体は仏体、心は仏心、業は仏業である。それなのに、心のむけよう一つが悪いばかりに、せっかく万民の食料を作り出すという善根を施しながら、逆に地獄に落ちる結果になる。そして憎い可愛い惜しい欲しいと、さまざま自分で悪心を作り出し、今生では日

夜苦しみ、未来は永劫三悪道におちるのは、何とも口惜しいことではないか。だから心の向きを改めて、農業をもって業障をつくすのだという大願力を起して、一鍬一鍬にナムアミダブツ、ナムアミダブツと耕作すれば、かならず仏果に至るであろう。」（鈴木正三『驢鞍橋』）

無念無想ということ

これで一応の坐禅の手引を終ったわけであるが、以下よく質問される二、三の問題について言及しておく。

坐禅というと、無念無想になることだ、という先入観をもっている人が多いらしく、「坐禅してもどうしても無念無想になれません」という訴えをよく聞かされる。無念無想というのは、文字通り何の念もないことだと誤解しているのである。それなら毎晩酒でも飲んで熟睡すれば、朝めざめる度に悟りを開いていなければならぬ勘定になる。

禅でいう「無心」とか「無念無想」とかいうのは、そんなことではない。数息観なり随息観なりに成り切って、無心で純粋な天地と一体の活動（全体作用）の現前している状態をいうのである。この時の「無心」は鈴木大拙先生のいわゆる「宇宙的無意識」である。もっとも純粋な創造作用である。だから、正三は「農業の外に仏行なし」というのである。「無念とは正念なり」である。

念を相手にせず

念などいくら起ってもかまわん、ある意味でそれでこそ生きている証拠だと観念して、一切取り合わず相手にせぬがよい。そうすればもともと根無草（因縁所生―仮有）の念のことだから、やがて自然に消えてなくなる。それを妄想が起ったからといって、起った念をやめようとかかるから、そのやめようというのがまた一つの念なのだから、血で血を洗うようなもので、やむ理屈はない。血は水で洗わねばきれいにはならぬ。この水に当るものが、数息観であり随息観である。『坐禅儀』に「念起らばすなわち覚せよ。覚すればすなわち失す」とある。先人はその行間に「州云く、無」と書き入れしている。念が起ったら、それを相手にせず、すぐに数息なり、公案なりに取って返せというの

である。

法然上人に次の歌がある。

妄念の起らば起れと振りすてて

念仏申すが手にて候

わが盤珪禅師はいう。——

「仏心は霊明なものゆえ、従前のわがなし来ったほどの影は、写らぬということはござらぬわいの。そのうつる影にとんじゃくすれば、ついまた迷いをでかしますするわいの。念は底にあって起るものではござらぬ。従前見たり聞いたりしたこの縁によって、その見たり聞いたりしたるが、写るというものでござるわいの。もとより念に実体はありはしなせぬによって、写らばうつるまま、起らばおこるままに、止まばやむままにて、そのうつる影にとんじゃくさえせねば、迷いはできはしませぬわいの。とんじゃくさえせねば、迷わぬゆえに、何ほど影がうつりても、写らぬと同じことでござるわいの。たとい念が百念千念きざし起っても、おこらぬと同じことで、少しも妨げにならねば、払う念、断ずる念といいて、一つもありはしませぬわいの。」

「たといふと思わず知らずに、嗔ることとござるとも、また惜しや欲しやの念がいできましょうとも、それは出次第にいたし、その念を重ねて育てず、執着いたさず、起る念をやみょうとも、やめまいとも、その念にかかわらざれば、おのずから止まいではかないませぬ。たといいろいろの念が起りまするとも、その起り出ました当座ばかりにて、重ねてその念にかかわらず、嬉しきにも永く念をかけず、一心を二心に致さぬがようござる。」（『盤珪かな法語』）

白隠禅師に「この玉現わるれば、かの玉隠る」の語がある。正三道人の「二王の機」で〃ヒトーッ〃という「この玉」の念力が強いとき、妄想の「かの玉」は隠そうとせずとも、自然に隠れる（正三の「二王禅」、盤珪の「不生禅」については、小著『禅門の異流』筑摩書房刊を参照されたい）。

魔境について

最後に、坐禅をしていると、坐中にいろいろな境界（心境）が起ってくる。先の眠いという睡魔とか、もう坐禅にあきたという倦魔とかいうようなものから、「少々定力がつんでくると、身の内で脈を打つ音が聞えてくる。頭脳の脈から胸部の脈も聞えてくる。両肩で血の往来する音などもわかる。また下腹の脈など波の打つようにドーンドーンと聞える。両足からカカトの脈音まではっきり聞えるようになる。また目の前の線香の灰の音が聞える。線香のたつ音などはジリジリと聞え、その灰の落ちる音については、金の上へ落ちた時はチャリと聞え、木の上へ落ちる時はバサリという。それぞれ変ってはっきり聞える」、はては「三昧に入ってさらに余念の動かざるがごとき時にあって、忽然と場中震動して大地震のゆるがごとくに見えるようなこともある。あるいは目前に二間四方ぐらいの大穴があるがごとく見えたり、あるいは知らぬ老夫が目の前に坐するがごとく見えたり、あるいは金箔の仏が見えたり、光明かがやくと見えたりするような希有な境界の現ずることが、まあめったにはないが、まれにはないともいえぬのじゃ。」「万一こんな境界が現じたからと言って、決して驚くことはないので、これみな〝魔境〟というものである。ひっきょう一心の作用であって、不思議なことでも何でもないのじゃ。それ故、如何なる境界が現じようとも、その現境に取り合わず、一心の勇気をもって工夫精進する時は、たちまち魔境は消散してしまうのである。もとより虚妄なものと承知して、取り合わぬのが肝要であるのじゃ。」（川尻宝岑『坐禅の捷径』）

勝相現前―悟りの薬批判

筆者なども公案工夫中に、あるとき自分の身体がなくなってしまったことがある。それでいて意識だけは了々としていて、心が体からぬけでてまったく自由に何でもできそうな感じであった。これが「心身脱落」というものかなと思って喜んで入室したら、先師寒松老漢に頭でも冷してこいと怒られてしまった。東嶺禅師の『宗門無尽燈論』にも、「学道の人、定力ようやく熟せば、すなわち煩悩ややに微薄にして、勝相時々に現前す。これを善境界という」とある。

大森曹玄老師はこの一文を引用して、「誰が考えても禅の進境に害があると明らかに分っている魔境は、これを撃退する方法もおのずから立ちやすいが、これは好い境界だ歓迎すべき境界だと思われるようなものは、ちょっと始末が悪い」と言われ、「魔境というのは、要するに善境界をよしとして、これに執着することであるから、これを相手にせず、切り払い切り払ってゆけば退治られる」と言っておられる（大森曹玄『参禅入門』春秋社刊）。

ところで最近アメリカの東海岸で、一群の大学教授たちが先道となって、ある種の麻薬の服用によって「心の自由」を得ようとする動きがある。その麻薬というのは、もとアメリカ土人の宗教行事に際して、司祭者が服用したシャボテンの一種から抽出したピョテという神秘薬だという。有名なオルダス・ハックスレーがこれを服用して、その経験を『感覚の窓』という書物にかいた。メスカリン（ピョテ精製の一薬）を飲んでこの窓を開けると、未見の世界が現出するというのだ。ハックスレーはこれを禅経験に結びつけた。最近この神秘薬をさらに化学的に研究して、アメリカでいろいろの麻薬を造り出した。その中でLSDというのが有名である。

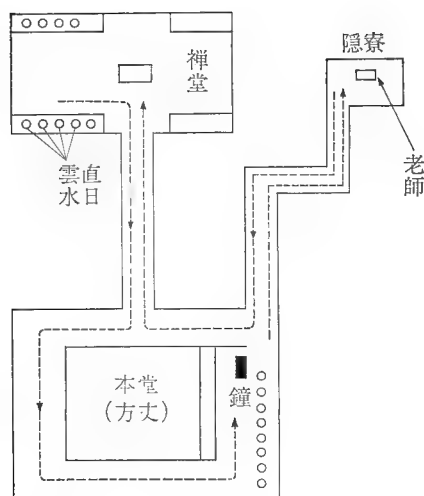
ある日本の大学教授は、みずからこれを服用してみて、いわゆる「庭前の柏樹子」（『無門関』第三七則）の境界が現前したと報告された。またある老師の経験では、「地獄の様相」が出現したと語られたという。白隠禅師も「南無地獄大菩薩」といわれるから、これもまた面白いが、筆者がここでLSDのことにふれたのは、こんな薬を飲んで経験する一種の「魔境」と、正伝の仏法という禅定による禅経験とは、似て非なる経験であることを言いたいからである。薬を飲んで「柏樹子」の境界になれるのなら、歴代の祖師方の求道の苦心は一体何であったのか。今後LSDが如何に精製されても、禅経験とは何の関わりもない。「魔境」は断じて「禅体験」とは次元を異にするものなのだから。少なくとも他の禅は知らずわが「祖師禅」においては断じてそうである。

参禅記

リース・グレーニング

一

臨済宗の古い寺である京都相国寺の専門道場（僧堂）は、日本の大いなる姿の一つとして、深く私の心にやきつけられています。その建物の古風な美しい単純さと静かな調和。そこには、何代にも何代にもわたった雲水さんたちのはげしい坐禅修行の跡をまざまざと感じさせるような厳しさが張りつめていると同時に、しかもその厳しさを忘れさせるような広々とした明朗さが開かれています。私は幸いにも、この専門道場に属する居士禅会の一員に加えていただき、また雲水さんたちの大接心にも参加させていただけることになりました。ヨーロッパの一女性である私にとって東洋の禅への入門が許され、新らしい体験への新らしい道が開かれたのです。その体験の端的にして確固たる点において、また体験から出て来る知恵の明るさにおいて、今までのあらゆる経験を遙かにこえたような体験への道が。これは、私が日本からいただいた最大の贈物であるばかりでなく、私の人生における最もすばらしい出来事の一つです。

十二月一日から臘八（ろうはつ）大接心といわれる一年中で最も厳しい接心が始まりました。八日未明まで続くこの期間中、雲

水さんたちは、食事や勤行などのための最小限度の時間と午前零時から三時まで許される仮眠時間とを除いて終日かつ連日、解怠なく油断なく坐禅しつづけ、さらに日に四回入室参禅することが求められています。即ち、心身を傾け尽くして自己集中と自己突破の究極の可能性を実現することが要求されているのです。居士たちにも参加が許され、毎日四時半までに禅堂に入り雲水さんたちとすべて同じように坐禅し参禅し、十一時半の二便往来の時に禅堂を出るように、との指示がありました。一週間とまり込み希望の勇猛なる居士たちには、もちろんそれも許されました。

最初の日老師は、私も翌日からの参禅に来るようにという言伝を下さいました。それまで約三ヵ月の間私はまだ参禅を許されず、もっぱら数息観（出入の息を数えつつそれと一つになり切って行くこと）に集中しておりました。これからは、老師から与えられる公案という禅的な問題と取組んで、禅のまさに禅的なものにぶつかって行くことになったわけです。

翌二日夕刻。禅堂で坐禅をしている私たちを参禅に召集する鐘が本堂から響いて来ると、直日（禅堂長）さんの柝木を合図に、雲水さんや居士たちはいっせいに禅堂から駈け出し、長い石畳の通路を本堂へと急ぎます。その上がり口の階段の前には先に入った人たちの草履が一糸乱れず並んでいます。私も注意深く草履を揃えて上り、廊下を曲って、しーんと打ち開かれている長方形の大広間に入りました。進退動作はすべて沈黙のままです。この広間の内部には一まわり小さな長方形が柱に囲まれて仕切られ、そこだけ天井が一段と低くなっているので、ちょうど大きな部屋の中にもう一つ小さな部屋がすっぽり入っ

ているという具合になっています。私たちはこの大小二つの長方形の間の廻廊のようになった所を通って向う側に至り、そこで前後に列を作って正坐し入室の順番を待つのです。私は列の最後に加わっていました。外まわりの障子はすべて開け放たれ、夕方の冷めたい風が私たちを浄めるように吹き抜けて行きます。さし込む月の光は、雲のような衣に包まれて黒々と居並ぶ雲水さんたちの剃りたての頭に、明るく柔らかくそそがれています。時の始め以来ここにこうして坐っているかのごとき不動なる沈黙の列に連らなっていると、私自身、時の流れにすこしもわずらわされずに始めからここでこうして禅の修行をしていたという気持になります。この本堂を囲んで月光に溢れた庭があり、さらにこの庭を囲んで簡単な美しい土塀が、専門道場と世間との仕切をしています。この塀の外側は町の通りになっているので、通行人たちの足音や話声や時には笑声さえ聞えて来ますが、それは堂内の静寂を妨げることができず、かえって雲水さんたちの沈黙に吸い込まれて消えてしまいます。

参禅が始まりました。その瞬間から沈黙はいっそう深く、ただ人が黙って静かにしているというだけではない寂そのものとなります。皆が並んで坐っている列の前方真正面、この広間から老師の部屋に通ずる廊下への出口に、堂内唯一の光である一本の長い線香が立てられ、その手前にそしてこの列の少し脇になるように、小型の釣鐘（喚鐘（かんしょう）といわれます）が置かれています。一人ずつ自分の座を立ってこの鐘の位置まで前方に歩み、そこで線香に面して正坐し、老師からの合図を待つのです。廊下づたいにかなり離れている隠寮（いんりょう）（師家の居処）から老師の振る鈴が響き渡って来ます。これが、その時の入室者に退出を命ずると共に次の番を喚ぶ合図です。この合図に応えて、彼は、自分の横にある鐘を小さな撞木で二回少し間を置いて打ちます。彼はすでに老師の手中にあり、鐘の打ち方一つからも彼の禅が厳しく問われているのです。そして、自分の打った鐘の響きにつつまれながら頭が畳につくまで深く拝礼して立ち上り、老師の部屋へと通ずる廊下に歩みを進めて行きます。限りなく静かに落着いてしかもよどみなくすみやかに、風のように進んで行きます。

私の番が来ました。Uさんが案内して下さいます。二度ほど鍵の手に曲る暗い廊下をつたわると老師のおられる部屋の入口です。その手前で立止って跪き、掌を上にして差出した両手の間に、深くからだを埋めるようにして拝礼し(これは仏法僧の三宝への礼を意味します)、再び立ち上って合掌の礼をしてから部屋に入ります。そして老師と向い合って坐り、今度は掌を下にしてあらためて深く拝礼します(これは師家への礼を意味します)。このように次々に重ねられる所作は、決して形式的な繁雑ではなく、それによってしだいしだいに緊張の調子が高められて行くのです。床を背にして、みじとも動かず坐っておられる老師。わずかに開かれた眼には鋭く明るい眼玉が光っています。あたりは、老師の禅定から発するひきしまった気に貫かれて、畳も柱も襖も静寂の中にひきしめられ静まりかえっています。老師の禅定は、一切をひきしめつつ一切をしずめています。今までこれほどまでに力と静けさとが一つになった純なる空気にふれたことのなかった私は、深い畏怖におそわれました。

「グレーニングさん」と、なんともいえぬ穏かな声が響き、老師が静かに眼を開いて語りはじめられました。すると老師の言葉を聴いているうちに、不思議なことでしたが、はじめて会ったしかも威厳ある他人の前に居るという時のあのぎごちない固苦しさがすっかり消えて、解き放たれたように軽やかな自由な感じが湧いて来ました。それは同時に自分の内が開かれて、はっきりと自分の中心が定められ、そこに自分がしっかり据えられたというような落着いた感じでした。やがて老師は話を終え、再び禅定に入られました。何も語られなかったような沈黙と静寂です。まことに、老師の周りには、何か遙けく同時に近しいものがあります。しかもその遙けさはむげに人を遠ざけず、またその近しさはやたらに人を近づけはしません。「今の老師のお話はあとで通訳するから」というUさんの言葉と共に、老師は側の鈴をとってチリン　チリン　チリンリンリン。私たちは拝礼して静かにあとすざりしながら退出しました。来る時はずうっと合掌したままでしたが、帰る時は手を胸の所で組み合わせます。途中で次の入室者と出会うわけですが、お互に黙って、出会ったというようすもなくすれ違って行きます。今度は元の広間に入らず、外側の廊下をつた

って本堂を去り禅堂に帰るのです。私たちが禅堂に着いた時すでに経行が始まっていたのでUさんは私を堂外の石畳に誘い出し、静かな月明りのうちでさっきの老師の言葉の大要を話してくださいました。

「がんらいクリスチャンであるのに、はるばる日本に来って禅を修しようというには、人生問題のためか、キリスト教への批判からか、何かそこに大きなわけがあるであろうが、私はそれを問わない。あなたもまた、キリスト教の神やあるいはその批判を一応棚に上げて、また個人的な人生問題からもしばらく離れて、ただひたすらに禅の要求するところに向って励んでもらいたい。

われわれは一体どこから生れ、死してどこへ行くのか、生前も闇く死後も闇い。この闇い無知の中に投げ込まれている故に、われわれの生は不安であり、不安なるが故にかえって生に執着し死をおそれ、しかも結局死んで行かねばならぬ。われわれはなんとかしてこの無知の闇さから脱却し、生と死との区別を打破して生死を超え、自由自在な人間とならねばならぬ。これは一大真剣事である。まことに生死事大、この故にこそ禅を修するのである。

さて、区別を破り分別を離れて禅の境涯に入るために臨済宗では公案という禅的な問題に集中する方法が行われている。しかしこの禅の問には、その問と別に何かあれこれの答えがあるわけではない。公案の工夫といってもあうだこうだと公案を動かしひねくりまわしてはならない。ただ全心身をなげうって公案そのものと一つになることだ。それを公案に死に切るという。だからそれは数息観と別なことではない。これからも今までと同じく、背骨を真直ぐにのばして坐り、みぞおちは心もち後へ引き、そして腰の所で背骨がぐーっとそるように下腹部を前に出すという姿勢。入息は下腹部に深く一杯に、出息の際には下腹部にわずかに力を入れながら静かに長く吐出すように。このようにして定に入り、そこで公案の工夫だ。公案と一つになり切ってそこから働き出して来るものがあれば参禅に来なければならぬ。しかしただ坐していつまでも待っているということではいけない。ひと思いに心身を放下して公案にとび込み公案にくいついて離れないという一大勇猛心が肝要だ。古人も話頭―公案―を疑着すること生鉄を咬むがごとくせ

よといっている。

ところで、グレーニングさんの公案はこうだ。――ゴォーンと鳴る鐘の音をとめてみよ――。ゴォーンと鳴っている鐘の音を鳴っているままでとめるのだ。」

二

私がこのたび、禅を求めて日本に来たのは、キリスト教への批判が直接の動機ではありませんでした。なぜなら私はすでにキリスト教への批判というようなことが特に問題にはならないほど、キリスト教の信仰から遠ざかってしまっていたからです。私の属する世代はまだ宗教的な枠をはっきりはめられていた教育を受けました。毎日、学校の授業はお祈りで始まり、日曜日には教会に行き、またほとんどの家で聖書が日々何かにつけ読まれていました。「神の言葉」は、堅信礼の時、侵すべからざる真理として少年少女に与えられ、以後それは日常の生活に張りを与え、誘惑に対しては克己の力となり、辛苦の時には慰めとなり、また死に際しては永遠の命への道しるべともなるべきものでした。しかし私の心の底では、結局、信ずるということができなかったようです。生長するに従って私はまず、子供の頃語って聞かせられたキリスト教の童話風な、あるいは神話的な表象から離れ、やがて、ドグマとして組立てられている信仰内容が、私にはまったく無縁なものに思えて来ました。それでも初めはまだ自分の無信仰を、信なき我の罪深さとしてキリスト教的に反省し、パウロの「我々は皆罪人である」という言葉に慰めを得たりしておりました。

どうしても信ずることはできないという気持が、無信仰へのこのようなキリスト教的反省をも捨ててはっきりして来たのは、今度の世界大戦を通じてでした。それはいわば私の無信仰への決定的な試煉であったといえるでしょう。この長期にわたった苛酷無情な時代、初めはナチスの激しい渦巻に巻き込まれないように、そして思想や行動の自由なる世界への望みを失わないようにという無言の困難な戦いに、生きる努力が集中されていました。

しかし、日増しに激烈なる戦渦がドイツ国内に及び、昼となく夜となく空襲のサイレンが絶叫し続け、あるいは地下の穴蔵の中に、あるいはコンクリートの防空壕の中に、私たちが身を潜めていたあの連日連夜。引きちぎれんばかりに緊張した神経。避くべからざるものに身を任せるという覚悟を外面に装いながらも、不安におののく心臓の全身に打ちわたる高鳴り。愛する人々の姿が走馬燈のように脳裏を駈ける、いよいよ終りだ、私は今一体何であり得るか、また何を信ずることができるのか、この恐ろしい緊張と、その間に襲って来る虚脱感の中には、信仰が入り込むような余地、またはそこから信仰が甦って来るような余地はなかった。無数の爆弾の荒れ狂う炸裂。大地は不気味に揺れ動き裂け崩れる。かぎりなく命が奪われて行く。しかしそれはもはや人間的な死というものではなかった。死とすらもいえないものだった。死に対する一切の人間的な感情は吹き飛ばされて、私ははっきりと知った、今ここで行われている狂暴は、人間から生を奪ったのみならず、死をも奪った、それは人間そのものを奪って、人間とまったく無関係なもの、人間の生とも人間の死とも無縁なものに人間を引き渡しているのだと。それは無意味そのものだと。それに対しては、信仰もまた無信仰も無意味であった。

しかしやがて、このような不安や恐怖や虚脱から、それらを裏返したような明るい積極的なものが生れて来ました。激しい空襲の後、天地の狂乱が治まると、いつも太陽はあたかも天地創造の第一日のごとくに輝き、新たに造られた天と地との間で、光も風も水も再び宇宙の尊いエレメントとなりました。真新しい命が贈られて人間は再び人間となり、人間として生きているということは、単純明白な事実となりました。生きているというだけで一杯でした。生きるだけで精一杯のことであると同時に生きているというだけで充実でもありました。

このようにして大戦中の体験から、私の無信仰は、無信仰へのキリスト教的反省をも突き破って何か私の確信のようなものとなり、しかもこの確信は、存在の暗い面に対しても明るい面に対しても、キリスト教的ではない仕方での絶対的な体験への予感と結びついて来ました。こういう意味で私のキリスト教への無信仰は、禅の道への大きな背景

となっていたといえましょう。

やはり今度の大戦の初めの頃でしたが、ハイデッガーの弟子であった私の友人が、鈴木大拙さんの『大いなる解脱』(原英文、日本訳、『禅学入門』)という小冊子を送り届けてくれました。一読、頭ではそこに書かれている言葉の一つ一つの内容を充分に理解することはできませんでしたが、その不可解を飛び越えて、何か直接に強く訴えて来るものがありました。その訴えに導びかれながら、深大な意義を予感しつつ、生の讃歌を唱えるように、再三再四繰返し読んだのでした。私には、禅は一切のものを生き生きと成長させ、豊かに花を咲かせ、実を結ばせ、しかもそれ自身は不動にして静寂なる、あの大地のように思われました。しばらくして今度は、ヘリゲルさんの『禅と弓術』(日本訳題名)という本を読む機会が与えられました。そこでは禅が、具体的なわざの修練と結びついて、しかもヨーロッパ人によってヨーロッパ人の立場から体験されているので、この本は私の禅への関心をさらに高めてくれました。

私は、主として種々の精神障害、神経衰弱、憂鬱症などの神経的疾患に対する精神療法、また健康人でも昼間の労働での神経の使い過ぎに対して心理的な平衡を必要とするような場合における精神療法を職業として来ました。この職業柄すでに長い間、いかにして緊張とその弛緩とを意識的に調節して神経の平衡を生み出すかという問題、あるいは自己集中の問題、即ち意志や思考の努力から生み出されそういう努力として現れて来る自己集中(いわば「一心に」)と同時に、それにつきないような、つまりそういう努力を止めて何かに自分を任せるという場合にも失われないような自己集中、そしてそれによって始めて深い平静さ(いわば「無心に」)を可能にするような自己集中の問題に携わって来ました。またこの精神療法のような仕事においては、神経や気持の動きに働いている客観的な心理法則に通達しなければならないと共に、治療がその人その人にぴったりとするためには、個々の場合に応じてそれぞれ、分別を入れず、想像をはさまず、こちらの感情を交えずに個別的具体的な状態をありのままにつかまねばなりません。私は、見たり触れたり感じたりすることを通じてこのむずかしい仕事を学んで来ました。このような職業上の関心事

――意識と無意識の統一、自己集中の問題、いかにして具体的な現実を如実につかむかという方法など――から、さきの二冊の本をよんで私は禅に深い関心をそそられたのでした。禅では現実全体がそのまま問題とされ、私が求めていた生命と意識との統一が中心となっているように思われたからです。

しかも禅への関心は、このような私の職業意識を越えてさらに私自身の存在の根本問題に触れて来ました。なぜならば、禅でいう意識と無意識、動と不動、活動と静閑との統一は、神経や意識という精神療法の範囲を越え、人間存在の根本において問題とされているからです。禅は一切の束縛を解き人間を自由ならしめる大自由であると思われました。そこには生と死とに対する答えがありました。人生の根本問題に関して今まで、偉大な哲学思想に近づこうとしてみたこともありましたが、私においては哲学はこのような大自由への道を開いてくれませんでした。哲学の思想はやはりあくまで頭で考えつめて行く純粋なあるいは抽象的な世界です。私の乏しい思考力ではその世界に入って行くことはできませんでしたしまた、私としてもただ考えるというだけでなく気持や意志も含めて私の全体に関係して来るような問題、人生の問題への生きた答えを求めていたのでした。

このように禅の書物に触れた機縁から、まず職業上の興味と結びつき、さらに人間としての根本問題と結びつくことによって、禅は私の直接の関心事となりました。しかしこれだけでまだすぐに日本に来て禅を実修しようという決心が生まれたのではありませんでした。それには、人間としての根本問題が生の意味への問いから死の問題と変り、しかも私自身の身の上におきた私の問題となったからでした。この問題は私に従来の一切を放下せしめるのに充分でした。

私の兄が亡くなりました。この兄とは特に親しく、私のそれまでの人生は彼から大きな影響を受けて来ました。私は彼の死につき添っていましたが、その死顔には何か清らかにして偉大なものが現れていました。私たち生きている者には近づけないような、ただ畏敬の念をもって遙かに仰ぐことだけが許されているような別世界が死によって露わ

になり、その光が死顔に反射して私たちを照らしていました。この崇高なる転身の前には、悲しみだとか歎きだとかの人間的感傷の余地はありませんでした。しかし死の問題は私の中でかえって解決を求めて止まない問題となりました。死とは何か、死は私にとって何を意味するか。死は私をどこへ連れて行くのか、私は死をどのようにして迎えるべきか。

それから一年経って私は別の死者のまったく別様の死に直面しました。それは長年の共同生活において私と人生の根を一つにしていた人の死でした。彼は真夜中に強盗に襲われ、恐ろしい仕方で殺害されたのです。賊との戦いに傷つけられかきむしられ引きちぎられた顔に現れていたものは、驚愕と恐怖と死の苦しみ以外の何ものでもありませんでした。絶望に打ち倒された私をさらに答えなき問いが追いかけて来ました。「何故に人はこういう死に方をしなければならないのか。一体このような死とはどういうことなのであろうか、それは死せるものをどこへ連れ去って行くのか、畢竟、死とは何か。」その頃でした、日本に行って禅を実修したいという決心とプランが私の中にできたのは。

しかしまだ機縁が熟さなかったようです。私はこの苦しさから逃れるために、長い間住みなれたハンブルグを去り、仕事の上で深く交わった人々と別れ、新しい環境を求めてミュンヘンに移り住みました。そして医者としてなかなか有能であった一友人と共同の仕事を始めました。幸い私たちは仕事に関するあらゆる問題に就いて共通の地盤に立って同じ考え方をしていたので、それは楽しく張りのある仕事でした。私はこの仕事によって何とか気持の上での平衡をとり戻そうと努めましたが、他方、やはり死の問題は執拗に私を追いかけ、私もまたいろいろと日本行実現の道を探しておりました。そしてそれに就いて二三良い伝手（つて）もみつかりました。

ところが、間もなく私よりもずっと若かったその友人が危険な病気にかかり、彼の生命は徐々に犯されて行きました。しかし彼は自ら医者としてできる限り自分の病気と戦い、ほかには大げさなようすもしなかったので、ある日突然、激しい心臓の梗塞が彼を襲うまで、私たちは彼の病状がどれほど重いのか解りませんでした。三日三晩私は付き

切りで彼と一緒に彼の生命を取り留めるために戦いました。彼は時には高熱にうなされて、「選ばれし者は乱れてはならぬ」などと譫言を言ったりしましたが、意識が戻ると、どんなに苦しくともあくまで科学者としての冷静さを失いませんでした。最後には自分の身に何が起りつつあるかを少しもくらまさず知りながら、また意識もはっきりしたままで、一言の歎きの言葉もなく、死の苦闘を戦い死の不安に耐え、そして死んで行きました。

彼を葬ってしまうと私はまったくの虚脱でした。暗澹たるものでした。内にも外にも空虚だけでした。空虚から逃れようとする努力すら失せ、また逃れてどこへ行くということもありませんでした。もうあらためて「死とは何か」という問いを出す力もありませんでした。その時見えない糸がこういう私を、日本へ、そして禅へと連れて来たのです。しかしかねてからの決心を実行したというような元気なことではありませんでした。内心は一切に対して無関心でした。自分の救いを求めることもなく、また救いを信ずることもなく。

三

「ゴォーンと鳴る鐘の音を止めてみよ」この公案を貰って私は禅の入口に立ったわけです。しかし一体禅に入口というようなものがあるでしょうか。鳴る鐘の音を鳴っているままで止めてみよ、とは一体どういうことか。私は文字通り頭をこの公案の壁にぶっつけました。私の知性や直観は力を頼んで駈け出し、いやというほど壁にぶっつかっては無力に打ち沈み、暗闇の中をどうしようもなくうろうろと迷うばかりでした。それまで禅に就いて読んでいたことや、聞いていたことは、いざという場合少しも役に立ちません。私は公案に対して何の手がかりも見出すことができず、それどころか私を寄せつけない公案によって、かえって禅から遠ざけられたような具合でした。とりつくしまのないままに私は、坐禅しながらも公案に就いてあれこれ分別し、頭の中で自問自答し始めるのでした。鐘とは何か―物質だ、音とは何か――物質の振動だ。ではその物質をぶち壊してしまったらどうだろう。しかしそれではゴォーンと

鳴っているままに止めるということにはならないではないか。しかしそもそもそんなことが可能なのだろうか。また万一特別な仕方で可能だとしても、鐘の音を止めるというようなことが、人間の生き方に対して何の意味を持っているのだろうか。すべてまったくわけのわからぬことでした。

私は禅を実習するために来ました。しかもそれは心から望んだ真剣なことでした。しかしそのような私の意志にもかかわらず、やはり知らず知らずの間に、禅で最も嫌われる分析し批判するというヨーロッパ人の癖を持ったままだったのです。まだよく解りもしないのに、禅の修行のいろいろな仕方を穿鑿してその効果を判定したり、わずかに自分で体験を得ると、内容を分析してその意義を探索するというようなことになるのでした。しばらくうろうろしてみて私は、こういう態度をはっきり捨てなければならない、何の留保も躊躇もなく禅の要求する通りに自分の全体を打ち込む以外にない、ということがよく解りました。禅は、次から次へと湧き出て来る雑然たる想念にも構わず、公案に就いてのああだとかこうだとかいう塵のごとき分別にも捉えられず、ただひたすらに公案と一つになるまで坐って坐って坐り抜けとあくまで要求します。批判する余裕や分析する立場が少しでも残っていると、禅の修行は結局単なる心理的実験に堕し、それこそ禅から見ると、愚かな騒ぎということになってしまうでしょう。

私は、新たに勇猛心を奮い起こして、とにかく一切の思慮分別から離れ、妄念妄想を押え、ただ自分自身の内に鐘の音を鳴り響かせてそれに包み込まれようと努力し、さらにその努力に没頭しようと努力しました。それは、坐禅中にしばしば汗をかくほどの苦しい努力でした。(その頃はまだすべてが意志の意識的な努力でした。妄念妄想が出て来ないように押えつけようとし、また出て来たら兢々としてそれをふり払おうとするのみで、その出没去来に任せてとり合わないという落着きには遠くして遠しでした。)そのようにして私は、ある時、心の動揺がすっかり静まり、もはや鐘の音が聴えないほどに、鐘の音を聞くことに自分が集中していると信ずるに至りました。私は参禅し見解(けんげ)を呈しました。「私にはもう鐘の音は聴えません。鐘の音は止っています。」老師はそれに答えてきっぱりと、「そんな

説明はいらぬ。鐘の音が止ったのなら、その止ったところをそのまま出してもらいたい。さあ、どう止ったか今ここで出してみよ！」それはまさに脳天への一撃でした。なすところなき私に、老師はさらに「鐘の音になり切って来い！」チリンチリンチリン。この公案の出て来る源と、そういう源からこの公案が私に何を要求しているかということが始めて解ったように思いました。私は、分別の牢屋から解き放たれ、公案に就いての堂々めぐりから連れ出されたように感じました。

その頃私は禅で、体究、体得というような言葉が用いられていることを知りました。「鐘の音と一つになれ」とか「それを今ここで出してみよ」とか言われたのは、決して比喩やまた単に心理的な気持というようなものではなく、まさにそうだというまったくリアルなことなのです。私はかつて本当に鐘の音を聞いたことがあるだろうか、鐘の音と一つになるほどに。私の中にはいつも何か余計なものがあって、それが私と鐘の音とを隔てていたのではないか。そういう隔てを打ち破って開けたところ、鐘の音と一つになったところ、そこでは私もなく鐘の音もない。これが鐘の音を止めるということだ。鐘の音を聞くとか聞かぬとかいう感覚上の出来事ではない。心身を一つにして鐘の音と一つになること、こういう一へ直入せよ、そしてその一から働き出せ、という要求なのです。

ここで私は、自分の中にかくされていたキリスト教的な考え方とあらためて対決せねばなりませんでした。霊と肉との対立、欲する善は為さず欲せざる悪を為すという葛藤、そのような自分として人格的な神に面しているという罪の意識などが、キリスト教的な信仰の根本になっています。そしてキリスト教の信仰を失ってもなお、キリスト教的な考え方は心身または精神と物質の二元、理性的なるものと感性的なるものとの対立、善悪の葛藤という考え方として、抜きがたくヨーロッパ人の中に根を張っています。それに対して、坐禅と公案の工夫によって、私が無意識の内に相変らず住んでいたこのような二元と対立の世界に、二元と対立を超えた光が少しずつさして来ました。精神と物質との一如が、単に頭でそうだと考えるだけではなく、しだいに経験できるような気がして来ました。しかし他方、

二元と対立の旧世界は私の内で反抗的にいろいろと質問を浴びせて来ます。私と鐘との区別はあたり前のことではないか、鐘の音をどう聞こうがしょせんそれはまだ感覚的なものと結びついた出来事であって、人間の人間としてのあり方の確立とは言えないのではないか。ましてわれわれは善悪の区別を超えるとは。あるがままでいいというのなら、何のためにわれわれは生きているのか、この世に少しでも善を実現するのがわれわれの義務ではないか。——私はしかし、これらの問いに構わず、ただ禅の要求に従って坐り続けました。それは「汝、父祖の地を離れ、友と別れ家を出でて、我が汝に示す国に赴くべし」という神の命令を受けた時のアブラハムにも似た気持でした。

二月九日、老師は相国寺に属するもう一つの居士禅会で、『無門関』（中国南京の無門慧開〔西暦一一八三—一二六〇年〕という禅僧が編輯した著名な禅の問答集）の提唱を始められ、私たちの禅会もそれに合同して聴くことを許されました。その日は、無門自身が附した序文に就いての提唱でしたが、この序文はいかにも禅の禅的なところをよく現わしているように思われますので、その大要をここに再録しておきます。

そもそも禅に入る門はない。しかも門がないということが実は禅に入る門なのだ。どこにも門はないぞ、さあ、ここをどう通るか。（無門為㆓法門㆒　既是無門　且作麼生透。）門の外から入って来たようなものは本来の宝ではない、（従㆑門入者不㆓是家珍㆒。）と昔からいうではないか。どこからも入れないということと、どこからでも入れるということとが一つだ。しかし理屈ではない。さあ、今すぐここを通ってみよ。さてここに禅への入門の手だてとして、昔からの禅問答を四十八組集めてみたが、これとて決して禅への門ではない。「無門関」。むしろここでいわれているような話は、禅からすればまったく余計なもの、風のない所にわざわざ波を立て、玉の肌にいらざる傷をつけるようなものだ。（無㆑風起㆑浪　好肉剜㆑瘡。）まして一々言葉にひっかかり、あれこれ意味を穿鑿するに至っては、情ないかな、棒をもって月を打ち落そうとするのと同じだ。届きはせぬぞ。（掉㆑棒打㆑月　有㆓甚交渉㆒。）無門の門だ。一人前の男ならば、命を捨てて一気に飛び込んで行くはずだ。（若是箇漢　不㆑顧㆓危亡㆒　単刀直

入。）こうしてこの無門関を透れば、禅の祖師たちもその偉風を恐れて平伏し、お助けを乞うだろう。しかしもし、この無門の門の前でほんのちょっとでもうろうろしたらもうお終いだ。窓から走り去る馬を見るようなもの、瞬きする間に禅を見失ってしまうぞ。

大道無門
千差路有り
此の関を透得せば
乾坤に独歩せん

四

こうして私は、一生懸命坐禅し公案の工夫を続けました。やがてしかし絶望に見舞われ、しばらく激しい動揺が続きました。公案の工夫を重ねるうちに、一時は少しずつでも禅が体験できて来たような気になっていましたが、実際に禅に触れてみると、かえって、自分が体験したようなことは禅でもなんでもなく、またほんとうの体験ともいえないということに気付き、それぱかりではなく、いつの日にか禅を手に入れることができるという自信がすっかりなくなってしまいました。公案に対して、頭はもちろん役に立たず、直観も失せ、心身一如にはとうていなれず、丁度万力に挾まれたように動きがとれなくなりました。私は意気沮喪しました。皮をはがれた生身のようにちょっとしたことにもひどく傷つけられるようになり、そしてこの気持の動揺につけこんで、禅に背こうとするいろいろな誘惑が動き出して来ました。私は家を恋い、慣れた元の生活や親しんだ仕事を懐しみ、またこれからしようとする仕事の上での計画をいろいろ頭に描いたりしました。ある時はしかし、また思い返してみると、そういう個人的な生活よりも今歩み始めた禅の道の方が遙かに意義深く、むしろ一切を捨てて飛び込んで行くに価するものだという確信が湧いて来

ます。ところがこのように気持が禅に向き直ると、今度は、公案の工夫で動きがとれなくなっている自分が思い知られ、禅の道を貫き通すことのできない無力に絶望せざるを得ないのです。しかもある時はさらに翻って、このように絶望している自分を外から眺め、禅などというものにとり憑かれ自ら求めて絶望している自分のドン・キホーテぶりを自嘲し、早く分別と合理のまともな世界に戻って自分を立て直した方がいいのではないかという疑いの気持が起きて来ます。そしてこの禅への疑いという気持の隙に、今まで無意識に押えていた郷愁の念が恐ろしい激しさで襲って来ます。しかしまた再び禅の立場に照らされて、このように禅に背こうとする誘惑に耳をかしている自分が情なく、さらに絶望を重ねるといった具合でした。それはまことに苦しく辛い時期でした。

このように私が、自分のうちにしっかりした支えを失って動揺したのは、「自分」というものに就いて二つの正反対の考え方が私の中で錯綜混乱していたからです。一方、私は、自分にとらわれている私たち通常のあり方、いわば「自分」という枠をはめられ「自分」に錨でつなぎとめられているようなあり方が、あらゆるものの如実な体験を妨げ、また私たちの内にある生命の創造的な泉をとざしているのだと考え、自分を捨て私を離れようと努力しました。鐘の音と一つになれという公案の意味もそこにあるのだと思いました。しかしこの努力を続けるうちに、かえってそういう努力に反抗するように頑として動かない自分、私の我意にぶつからざるを得ませんでした。そして私はあくまでこの我意を打破しようとさらに努力を重ねると同時に、自分の我意の固さに絶望せざるを得なかったのです。

ところが他方、この葛藤において、ある時はくるっと全く正反対の方向から「自分」というものを見る考え方が現われて来ます。それはヨーロッパ人としての私のうちに隠れていた考え方です。つまり、自分は自分だというのがほんとうのことで、自分から離れられないというのは当然のことだという考え方です。この考え方からすると、自分を捨てようというのは、全く空想的な間違ったことであり、そういう無理な努力に耽けるのは不健全だということになります。事実私は、こういう考え方に支配されて来ると、坐禅や公案の工夫への自己集中に伴う自分の状態が何か病

的なものに思われ、どうかなってしまうのではないかと本気で心配したこともあります。ある時は考える力をすっかり奪われて精神薄弱のごとく、ある時は自分では支配できない力にふり廻わされて自制を失い、言おうとも思っていなかったことを口走ったり、しようとも思っていなかったことを仕出かしたりするというように精神分裂のごとくでした。私は自分を自分として大切にしなければならぬと考えたりしました。ところがまた考え方が翻って反省してみると、こういう状態をだしにして自分のことを心配し、自分を大切にしなければならぬなどと考えたりすることこそ、「自分」というものの自己保存の企みに巻込まれていたのだ、「自分」というものはそれほど狡いものだと気が付くのでした。このように、ある時は禅を確信しある時は禅を疑い、またある時は禅において自己に絶望しある時は禅をする自己を危ぶんだりしたのでした。私は碾臼(ひきうす)にひかれているようでした。

しかしその間も坐禅を廃することはありませんでした。そのおかげか、幾度も気持が激しくゆれた後結局、禅の要求が全くそうだと思えるようになり、「自己」という枠を突破することが実に生命の緊急事だという確信に落着きました。そして以後このことに就いて迷うことはありませんでした。しかしこのように気持が定まったとはいえ、公案の工夫において動きのとれぬ自分への絶望からは容易に抜け出ることはできませんでした。禅の先輩や友だちは、慰め励ましたり、叱咤したりして私を導いてくださいました。

「古人も皆愁ひながら修行せしなり。」(道元)

「伊庵の権禅師、功を用うる事甚だ鋭し。晩に至って必ず涙を流して曰く、今日も又只だ恁麽に空しく過せり、また知らず、来日の工夫如何と。師、衆に在って人と一言も交えず。」(禅関策進)

「古来真剣に禅を修する人々は、ほとんど皆出どこのない絶体絶命に陥ったものだ。それは個人個人の禅への無能力や不適格の故ではなく、一切を奪うという禅のやり方によるのだ。禅は飢えたる者から最後の食さえ奪う。しかもこれこそ一切を与える禅のやり方なのだ。だから禅の師家は修道者達を積極的に絶望に突き落そうとする慈悲ある無慈

悲を行ずるわけだ。」

「ただ坐るのみ。坐りつつ絶望し、絶望においてなお坐り、絶望を坐り抜くのみ。」

「無我になれないからといって絶望するというのは、すでに自我にとらわれているからだ。禅では、努力によって得られるものもなく従って絶望することもない。有心をもっても得べからず無心をもっても得べからずといわれている。」

「見解として提出すべきものは何もないのだ。一物ももたずに参禅しなければならない。それにはただ坐るのみだ。自分の絶望などにかまっている暇はないぞ。」

五

私は、絶望は絶望として、また今までの経験も捨てて、もう一度初めから出直そう、数息観から丁寧にやり直そうと決心しました。公案の工夫の土台になる三昧の力が全く不充分だと痛感されて来たからです。「鐘の音になりきれ」「心身を一つにして鐘の音と一つになれ、そしてその一から働き出せ」ということですが、それは二つのものを意志の力によって無理矢理に一つにするというようなことでは不可能です。万物がもともと一つであり、心身がもともと一つだというところがおのずから出て来るような、そういう「一」の自然な素地が充分できていなければなりません。そうでなければ「一」はただ頭で考えられたものに過ぎないでしょう。私は今までも頭ではすべてが一つだと考えていましたが、その一は、私の気持にもすることにもすこしも現われて来ませんでした。如実な「一」の体験は「自分」という枠を突破することですが、それも我意を破壊して無我になろうとする自分の努力ということではなく――これでは血で血を洗うような葛藤を引き起すのみです――「自分」という枠がひとりでにはずれて行くということでなければなりません。「自分」という枠はもともとはないものだからです。このような「一」または無我の自然な素地を養うのが「数息観」、出入の息に合わせてそれを数えつつ、自分を統一し、やがてその統一をも抜けて行こうとする

数息観です。このように初めからやり直そうという決心と同時に、それまで禅と並んで、職業上の関心から学んでいた東洋医学、特に鍼や按摩も止め、もっぱら全生活を禅に集中することにしました。

それまで私は数息観において、入息の際深く自分の中に一杯になるまで吸い込むようにという指図を、全く文字通り受取って実行して来ました。しかし今度あらためて数息観をやり直してみて、今まで私が「深く」「一杯」にという指図を守って来たやり方では、とうてい「自分」という枠を脱し「私」という意識から離れることはできないということに気がつきました。つまりそこにはわざわざ「深く一杯に」という意識的な努力がありこの無理によって――私のからだが柔軟さを欠いているのでなおさら――出息入息は何か胸部や腹部の一種の肉体鍛錬のごときものに堕し、心身の別、内外の対立がいつまでも残ってしまうからです。私の場合、特にこういうことになったのはやはり、ヨーロッパ人としての癖が呼吸法に就いても出ていたのかも知れません。ヨーロッパ人が呼吸を問題にする場合、たとえば運動選手が特殊な呼吸法によって肺活量を増すごとく、がんらい自然な呼吸を意図的技術的に使って訓練し、自分の能力を拡大しようとするのが主です。それは自然の中に人為をつっ込んで自然を支配しようというやり方です。それに対して東洋では、呼吸の無意識無礙な自然さが尊ばれています。呼吸は内と外、心と身、意識と無意識、努力と自然とが自然に一つになるところです。だから呼吸にはおのずからはっきりと存在の調子、調和の様子が現れて来るとされています。このように数息観において出入の息に合わせるのは、それによって一切の作意を離れようとするわけですから、「深く一杯に」と言われても、おのずからそうなるようにということだったのです。そこで私は、入息の際に今度は、からだの内に特に無理をせずに開かれるだけの空間に丁度一杯になるだけ吸い込み、吸い込む空気と内の空間とが自然にぴったりするようにやってみました。するとしだいに入って来る空気によって私の内なる空間がおのずから少しずつ拡げられ深められ、出入する空気と内の空間との一致がますます拡大して親密になって来るように思われました。

こうして数息観を修する内に、私の内にしだいに開けて来るものがありました。私が息を吸い込む内なる空間は、単に私の内部ではなくなり、内と外の区別は消えてすべてを包蔵するコスミックな空間、虚空となりました。出息入息は、意志の作意でも、呼吸器による生理運動でもなく、この虚空の活動するリズムです。息を吸い込み、また吐き出すその力は、私が吸い込む空気と同じく、私個人の物でもなく、人間の物でもなく、虚空の力、創造の働きです。入息のたびに新たに一切が始まり、生命が新たになります。この出息入息という虚空のリズムには、「私」というものをさしはさむ余地は全くありません。「私」という枠は宇宙的な気の往来によっておのずからはずされてゆきます。出入の息はどこから来るのか、私たちを息せしめそれによって生かしているものは何か、答えを必要としない問いが明るい喜びに満たされるようになりました。禅に就いて読んだことや聞いたことは、読んだことも聞いたこともなかったようにきれいに忘れてしまいました。しかもすべてがはっきりして来ました。もちろん、一挙にそうなったわけではありません。かなり長い間にわたってしだいしだいに熟して内から開けて来たものです。しかも自然な生長のように少しも私の手を借りずに。

六

十一月一日から一週間、僧堂の大接心。それまでに参加したたびたびの大接心では、どこかにまだ課せられたという気持が残っていましたが、今度は、自分のうちから進んで参加を促すものがあり、身のひきしまる緊張のうちに終始することができました。最初の晩私はTさんから厳しい注意を受けました。「今度の接心では、公案に対する見解があろうとなかろうと、必ず毎回参禅しなければならない」と。(あの動揺絶望の時期以来、私は長い間参禅しておりませんでした。)三日目になって初めて参禅に行きました。それも見解ができたからではなく、再びどうしようも

ない壁にぶつかったような具合になり、この壁を突破するために、とにかく一度思い切って老師の前に身を挺する以外に仕方がなかったからです。数息観を再修して以来、しだいに心身一つの所が開け、そこから万物一如が実感されてきたように思っていたのですが、その「一」は、こうして再び公案に戻り、「鐘の音と一つになれ」というような具体的な場合になると、さっぱり生きて働かなくなってしまったのです。そうすると数息観で得た体験も結局ただの気分か頭で考えていたひとりよがりだったのではないか、さらにまた、長い間数息観を再修したのもあるいは公案から逃げるためではなかったか、というような気がして来たのです。

参禅。老師の前に出ても私はなすところなくいたずらに狼狽するばかりでした。私の沈黙と逡巡に答えて老師、「グレーニングがいかにして鐘の音になり切るか、これはグレーニング自身が自分で工夫する以外に道はない。教えてあげるような方法はない。――ただ手だてとしてこれから坐禅の時、出息の際に天地一杯になるようにゴォーンと鐘の音を発しながら（老師はみずからこのゴォーンをやってみせて下さいましたが、それは一切をこの響きの中にひびかせるほど、如実に鐘の音そのものでした）、その音になり切る工夫をしてみよ」と。老師はさらに加えて「頭で考えることを止めてからだ中から汗がふき出すほど、このゴォーンに集中せよ、足の痛みを忘れ、自分も忘れ、すべてを忘れるまで、ゴォーンと坐り抜け。そこで初めて鐘の音と一つになれるのだ。」老師は側の鈴をとってチリンチリン。拝礼して私が立ち上ろうとすると、もう一度拝礼せよという合図。すると、拝礼のために再び深く身をかがめた私の背中は、突然、ビシッと老師の遠慮なき痛棒を喫しました。それは暗中の閃光のごとくあまりにも突如にして端的であったので、咄嗟の間、自失した私には、何事が起ったのかわかりませんでした。次の瞬間わっと泣き出したいような衝動がからだ中にあふれ、それを一生懸命にこらえていると、今度は、しだいにすうっと身軽るになったような、狼狽も迷いも打ち落されてさっぱりしたような調子になり、もやもやした私の逡巡を吹きとばして新たな単純な力が湧きおこってきました。老師の一言半句、一挙手一投足は不思議なほど、私の中心にぴたっと当って来

ます。

この日は解定（臥具を展べて寝に就く時間）になるとすぐ家に帰りそのまま床に入りました。すっかり疲れ切って。しかし横になりながらなお、このゴォーンを修し続けました。ある時はふと眠り込もうとしながら、ある時は眼をさましながら。もう真夜中、家の内も外も静まりかえっています。突然、この静けさを貫いて、どこか外で何かが倒れたような物音。それっきりでしたが、その音は真直ぐに私の中に突入してきて私の内に虚空を切り開き、その虚空を、もう私の内も外もない虚空を響き渡って行きました。一度きりの音でしたがそれは、私の最内奥を打抜いて宇宙のすみずみにまで晴やかに響き渡り、蓋天蓋地この響きだけです。これこそまさにそれです。如実です。それははッとしためざめでした。「汝の靴をぬぐべし。汝の立てる所は聖地なればなり」という言葉が聞えて来たかのごとき驚愕でした。

この接心中、そうでなくても小さすぎる草履をしびれ痛む足にはくことは大変むずかしいことでしたが、思い切って、経行に加わることにしました。これはまた新しい体験でした。経行とは坐禅中一定の時間を設けて——たいてい一時間ごとに十分——皆が一斉に座を立って堂内をめぐり歩くことです。それは、長時間の坐禅によるからだのしこりをほぐすだけではなく、坐禅と同じ真剣な動中の工夫です。歩きながらも静けさはますます深くなり、動きはますます無礙になって行きます。風を切る衣の音、石床をふむ草履の音は渾然として、遠くからの海鳴りのごとき深い響き。列をなしてさっさっさっと風のごとく堂内をめぐるリズムに、「自分」という意識は融け去って行きます。経行の終り、直日さんの柝木を合図に参禅に駈け出した雲水さんたちのあとについて私も躊躇なく駈け出し、しかも駈け出したことも知りませんでした。

次回参禅の時、老師の部屋から誰かその時の入室者の絶叫が聞えて来ました。あたりの空気を裂き、柱や障子をゆるがすほどの激しいその絶叫によって、本堂で自分の順番を待っていた私も、底の底からゆさぶられました。家に帰

って私は、誰もいない時を選んで、自己集中の極からあのように激しい絶叫を試みてみました。それは大きな体験でした。私は我を忘れ、私の中にかくれていた根源の力が、稲妻のごとく私を打破って爆発したという具合でした。私個人のものでなく、人間をもこえた力そのもの、初めなく終りなき力です。いかにして鐘の音を止めるか、いかにして鐘の音と一つになるか、まさにこの根源においてです。この根源からは、出入の息と鐘の音とは全く一つです。丁度昨夜の出来事において、響きと虚空とが一つであったように。その根源に今私はふれたのです。

考えてみると私はかつてこの根源から離れたことがあったでしょうか。否。私が根源から離れたような私であっても、根源はいつも私の根源でした。私が生きている限り、私はこの根源によって生かされていたのです。してみると、またその根源において、私はいまだかつて鐘の音と別であったことはない、私は初めから鐘の音でした。

しかし、このように次から次へと考えるということは、実は、もう根源が根源的であるところを去って、分別に堕し根源からの働きを失っているということです。翌日の参禅の時私は簡単に馬脚を現してしまいました。私は内心少少得意で、「私はいまだかつて鐘の音から離れたことはありません」と老師に見解を呈しました。すると老師はすかさず「うん、それでどうした？」。私はぐっとつまってしまいました。実は見解を言い終るか終らぬうちに突然自分でも、私の言ったことは私と何の関係もないそらぞらしい、つまらぬ、ただの文句に思えて来ました。しばらくして──その間老師の偉大な沈黙の前に私はただ狼狽するのみでした──老師は出息の際のゴォーンをやってみるように命ぜられ、私が二三度試みた後、「そんな文句を言う余裕のないほど、ゴォーンと一つになったらまた来なさい」と。

大接心最終日の参禅は総参です。総参には全員必ず入室しなければなりません。それまでの接心では、私は総参に行かなくてもよかったのですが、今度の接心からは一切特別扱いなくすべて雲水さんたちと同じ規矩に従わなければなりませんでした。「さあ来なさい」と言うTさんの低く力強い声に誘われて私は躊躇なく、本堂に向って一列にしずしずと進む雲水さんたちのあとに従いました。総参の時の作法は常の参禅の時とは少し違って、いくらかの儀式的

な厳かさと、またわずかの華やかさもあります。所定の位置に整列正坐して待っている私たちの側に、明るく華やかなしかしすぐ闇に吸われてしまう柔い光を放つ角燈が置かれ、その燈影に鐘を前にして知客(しか)さん（がんらいは来客応接の役、今は禅堂の一般的な事務を統括する）が坐っています。私たちが禅堂を出た時から、知客さんはこの鐘をカンカンカンとしだいに間をちぢめて鳴らし続けています。参禅には、老師の鈴に応じて知客さんが一回だけ打ち鳴らすこの鐘によって、一人ずつ順番に出かけます。また参禅から戻って来ると、もう一度この堂内に入り、知客さんの前で拝礼してから禅堂に帰るのです。

私が最後の入室者でした。老師と対坐した私はその静かな力に打たれ、その目のきらめきに射られ、初めて参禅した時のように、深い畏怖が私の骨をゆるがしました。「このような頂においては人間はもはや人類の一員ではない。」長い沈黙。突然私は内なる何ものかに迫られて、もう一度拝礼しました。老師「鐘の音は止ったかな」。私「はい、ほんのしばらくの間ですが」。老師は私にゴォーンをやってみるように言われ、私のゴォーンを聞いて後、老師「そんなことではとどかぬぞ」。私のゴォーンはただのまねごとです。老師は私の坐相を丁寧に点検して不純な所をなおし、あらためて出息入息の要領、出息の際のゴォーンを指示して、「さあ、それで天地一杯にゴォーンと息を吐き出すのだ。」

禅堂に帰るとすでに経行が始まっていました。経行が終り堂内が静寂不動に帰ると、入口の燈がつけられ老師が入ってこられました。総参のあとの検単(けんたん)です。このような場合、今までは、老師が私の前を通られると、私はどうしても老師を意識してぎごちなく動揺したのですが、今度は全くそのような意識から解放されていました。

その夜また、私は家に帰るとすぐ床に就きました。床の中で数息観を修しているうちに、いつの間にかねこんでしまったようです。どの位たった頃でしょうか、ふと目をさますと、大波のごとき宇宙的な呼吸が私を貫いて出入し、私を包んでいました。私が眠っていても、無心に続けられていた呼吸は「私」という意識に煩わされないままにしだ

いに大規模になって、私の呼吸ではなく、宇宙の呼吸として眠れる私を生かしていたのです。私はふとんの上に坐りなおし、この宇宙的な呼吸のうちに数息観を修しました。かなりの時間がたったのでしょう。手足は燃えるように熱くなりからだ中至る所から、目からも耳の穴からも鼻からも汗がふき出して来ました。そして再び前後不覚に眠り込んでしまいました。

七

十二月一日、私にとっては二回目の臘八大接心が始まりました。それは、もう緊張どころではなく、私自身が大地震になったような一週間でした。数年前、植物が土壌を破ってしだいに生長して行くようすを大写しにして示す文化映画を見たことがあります。植物の種類に応じその周囲の土壌がさまざまにふるえ始め動き出し、やがて、盛り上っては落下しまた盛り上っては落下し、その強烈な振動はまさに大地震でした。そのように私は身ぶるいし、震撼し、爆裂しました。この期間中、午後四時半に堂内に入り十二時すぎに帰宅するのですが、毎日午前午後と家に居る時も、万事を放擲して坐りました。うろうろしないように、なるべく部屋から出ないように、食事なども、買いためたパンとバターと水を枕もとにおいてそれですませました。

最初の晩総参の時、老師は厳しく「自分を忘れ、万事を忘れ、ほうけるまで坐り抜け」と。退出の際、拝礼した私の背中は再び老師の痛棒を喫しました。それは禅の絶対の一撃でしたが、私にとってはこの一週間への拍車となりました。

翌日家で坐っていた時、「私」という意識をすっかり離れた大いなる体験が与えられました。出入の息は完全に私を貫通して私を虚空にかえし、虚空は響き渡る鐘の音でした。それは実にはっきりした、それに就いてはもう問うこ とも答えることもできぬほど決定的な体験でした。しかも、突然おこった異常なこととしてではなく、これこそいつ

もまさにそうだということとして体験されました。私は静かな喜ばしさに溢れ、夕刻の参禅を待ちました。
その日の参禅。「海中に落ちる雨滴が海と一つになるように、私は鐘の音と一つです。」と私は見解をのべましたが、そう言っているうちに、自分でも不確になり不安になって来ました。老師、「どうだこうだというそういう説明はいらぬ。さあ、ゴォーンと一つになってみよ。」私、「ゴォーン。」しかしすでにつまらぬ説明をするような隙のある私のゴォーンは全く力なく、我ながら意気沮喪してしまいました。老師は追及をゆるめず、「鐘の音になりきるというのは、時々自分を忘れたような気持になることではない。ましてその気持を説明することではない。鐘の音のうちに自分が死ぬことだ。公案に死に切ることだ。ゴォーンと死に切って来い。自分が死に切るまでゴォーンと坐って来なさい。」Uさんの通訳でしたが、それを聞いているうちに何かむらむらと反抗心が燃え上り、私は激しく言いかえしました。「死ぬのではなくて生きるのです。」何を思ったかUさんが笑いながらこれを老師に通訳すると、老師「それは理窟だ。生もなく死もない。そこに向って坐って来い。鐘の音を聞くも聞かないもないぞ。ゴォーン。」チリンチリンチリン。一切の戯論を打消す老師のゴォーンの響のうちに私は拝礼し退出しました。この老師の言葉は私の骨髄にぴしぴし当り、私の中にはさらにはっきりとした単純な決意が開けて来ました。あんな反抗心がおきたのも、「死んで来い」という言葉にあまり深く衝撃された反動だったと思います。老師の言われた死は単に言葉ではなく、実際の真剣事であり、また当然そうであるべき自明なことです。死とは「私」というものから離脱すること、しかもそれが生命の根源と一つになることです。
ゴォーンと死に切るまで坐り抜くこと、この決心と共に、禅があらためて一大真剣事となりました。もちろんこれまで一年半の間、私としては真面目に禅を修して来たつもりでしたが、やはりそこにはまだ抜け道がありました。禅堂での禅とその外(そと)での日常生活との二つの世界の区別が残っていて、何か勇壮な気持で日常生活から禅堂に入り、また禅堂からホッとしたような気持で日常生活に戻って来るというような具合でした。禅堂では一生懸命であっても、

私の生活全体は禅に対してまだゆるい関係でした。今、死に切って来いと言われた老師の言葉は、この二つの世界の区別をとり払ってしまいました。どこに居てもまたいつでも、同じ生だし、従って同じく死が問題になる生です。一息一息が生であり死であり、一歩一歩が生であり死です。死に切れという老師の要求は、私の生を、区別を含まぬ一丸とし、その一丸を大問題にぶちつけました。

私は悪魔にぶつかった。今まで想像もしなかったような実在として。頭ではそんなはずがあるかと言うが、悪魔は私自身の中に居た。しかも私として。私の我意、どうしても自分から離れようとしない頑固さが悪魔だ。そしてそれは悪魔として私をも超えたものだ。私は悪魔に面して、ふるえながらも逃げ出さず、戦闘状態でにらみ合っている。ある時は、力尽きてもう悪魔に身を委せてしまおうかというぎりぎりの所でふみこらえている。ある時は、悪魔はふっと姿を消す。一時悪魔はやぶれても、またすぐ力をもり返して来るだろう。私の中で悪魔に敵対する力はまだまだ細い糸のごとくだ。しかしこの小さな力も元来私を超えたものだ。私という所からは出て来ない力だ。この勝負なき激しい戦はまだまだ続けられるだろう。

参禅。老師と対坐するや今度は老師の方から「さあ、鐘の音と一つになってみよ。」「ハイ」と即座に答えて「ゴォーン。」老師「もっとしっかり。」私、「ゴォーン。」老師、「もう一つ。」私、「ゴォーン。」私は我を忘れ老師を忘れた。我意は砕かれ、霧は晴れた。

私はこうして禅堂で坐り、家で坐り、一日中坐り、毎日坐りつづけた。呼吸しているのはもう私ではなく、私の骨だった。虚空が私の骨をぶち抜いて呼吸しているのであった。私は公案を忘れ、自分自身を忘れた。それは、ますます深く森の中に連れ込まれ、道なき処に出たごとくであった。この道なき処を突破するには、もう他の助けも教示も自分自身も全く役に立たないのだ。しかし何の心配もなくすべては確かではっきりしていた。今は私の歩む所が道である。しかも私は私ではない。鐘の音が響き渡っている。しかし最後にはほとんど神秘的な不安ともいうべきものに

襲われ戦慄した、「一体、私がもはや私でないとすれば、それは何であるか。」分別を離れるということは、体験の究極ではなくその出発にすぎない。まことに、体験の世界は容易なことではうかがうことのできぬほど深くして深い。

参禅。「鐘の音はとまったかな」という老師の問いに、私は実に喜ばしい気持で「ハイ」と答えた。すると老師、片手で自分の膝をポンとたたいて「それではこれをなんと聞くかな。」私―無言。老師、重ねて「鐘の音とほんとうに一つになっているならば、その一つになったところから、さあ、今度はこれをどう聞くかな」ともう一度膝を片手でポン。私―再び無語。老師の言いつけで、私も自分の膝を片手でポン、老師「さあ、それをなんと聞くか。」私は無語のままだったが、何か朗らかな明るさが私のうちにさして来た。

接心何日目であるのかすでにわからなくなっていた。参禅。老師「これをなんと聞くか」と片手で膝を打つ。愚鈴(グレイ)尼(ニング)「何も聞こえません。」老師「その聞こえないところを聞いて来い。さあ、これだ。」と膝をポン。チリンチリンチリン。

昼を忘れ夜を忘れた。参禅。老師、「これをなんと聞くか」と膝を打つ。愚鈴尼、「それは私自身です。」老師、「説明はいらぬ。」チリンチリンチリン。

参禅。老師、自分の膝をポンと打って「これをなんと聞くか。」愚鈴尼、即座に自分の膝をポンと打って無語のまま。老師、「うむ。まあ、それはそうとしておいて。――さて、両手を打てば、こう、音がする。それでは片手の音はどうだ。この音なき音を聞いてみよ。片手の声だ。」私―無語。老師「これは、白隠さんが徹底的にこれで弟子たちを接得した公案だ。隻手音声(せきしゅおんじょう)。今度はこれを工夫してもらいたい。」

八

臘八大接心最終日七日夕刻からは、一層重々しい真剣さが堂内にみなぎっていました。おそらく今度初めて臘八を

経験する雲水さんが多かったからでしょう。この最終日は八日未明まで坐りつづけ、その後いろいろな行事が行われます。十二月八日暁の明星の輝きと共に菩提樹の下に悟りを開かれたといわれる仏陀釈尊の成道にちなんだものです。

十二時になるとそれまで開け放たれていた禅堂の障子がしめられます。そして、単（禅堂の内にしつらえられてある高座、その上に各自の坐禅の席がきめられている）の端まで各自座布団を前に出すように命ぜられ、従って断崖のがけっぷちに坐っているような形で一段と緊張を加えて坐禅がつづけられます（暁天の座）。翼をもった魂が時間空間を超えて飛去ったごとく、どれほど坐っているのか時間の意識もなく、どこに坐っているのか空間の意識もありませんでした。K先生が私の横に坐っておられましたが、私は、ふと我に帰ってみて、隣に全く人の気配がしないので、びっくりしました。K先生の大三昧でした。

一時半頃になると障子が再び開け放たれ、冷え切った夜風が私たちをきよめながら禅堂を吹き抜けて行きます。そして堂内中央の聖僧（文殊の像）に燈火が献ぜられると、この期間中はじめて、堂内のひきしまった空気に柔い暖かさが加わって来ます。この燈火には、接心に参加したすべての雲水さんや居士たちの敬虔と喜悦とがこめられています。やがて木魚の伴奏で読経が始まります。その深い響きは、静かな喜びに溢れた虚空の自由な歌でした。最後に三度深く礼拝をささげます。それが終ると私たちに一杯ずつ甘ずっぱい（梅酢に砂糖を入れた）飲物が配られました。長時間の坐禅の後にはなんとも言えぬ甘露味です。

直日さんの打つ鐘の合図で私たちは星明りの空を仰ぎながら本堂に移り、そこで今度は老師を中心にして勤行が行われます。すべてが単純にして広大にして満ち満ちていました。その読経は私が今まで聴いたうちで最も崇高な交響楽です。もう一度禅堂に戻ってしばらく坐禅した後、年に一度だけ許されることですが、火鉢が堂内に運び込まれます。それを囲んで雲水さんたちの間では、今までの真剣さが明るい朗らかさに変り、口数の少ない言葉が楽しく交わされたりしています。

しばらくして私たちは再び本堂に赴き、今度は脇の小さな部屋で食事を頂戴します。二列に並んだ細長く背の低い食卓につき、心経と食事五観とを唱えてから、食事が始まります。各人の前には三つずつ赤塗の椀が置かれています。二人の雲水さんが給仕となって、大きなおひつから、その一つの椀に、すこし儀式めいた所作をもって、赤飯をついでくれます。あとの二つの椀には、廻わされて来る鉢から、銘々、酢のものと漬物とをとります。この上ない質素な食事ですが、味は実によく、私は満ち足りたおもいでした。沈黙のうちに食事が終ると、直日さんの柝木の合図で立上り、再び簡単な偈文を唱えた後禅堂に帰ります。

行事最後の高まりは総茶礼(そうざれい)です。午前四時頃私たちは三度本堂に集り、正確なコの字に整列端坐して老師のおいでを待ちます。禅堂の雲水さんたちがまず一列横体に並び、鍵の手に曲って居士たちが続き、もう一度鍵の手に曲って、さきの雲水さんたちと向き合うようにして常住(僧堂の事務所とも言うべきもの)の雲水さんたちがならびます。間もなく、強く弱く強く弱く交互にゆっくり打ち続ける柝木につれて老師が現われ正面に着座されると、私たちは額を畳につけて深く拝礼し、そのままの姿勢で老師の挨拶を聞きます。それが終ると頭をあげ、各人たもとにひそませて来た湯吞をとり出して自分の前に置きます。一人の雲水さんが、最初の茶を老師に献げてから、皆について廻ります。一せいに深く拝礼して、静かにその茶をいただきます。ものみな寝静まっている夜明け前、こうして集まって、物音もたてず黙ったまま一杯の粗茶をのむ、まことに単純広大にして澄み渡った禅風です。私は、世界の高嶺の頂にあって、いまだかつて何ものにも触れられていないおおもとの自然に囲まれているようでした。やがて老師は、私たちが拝礼して頭を下げている間に、音もなく去って行かれました。それから、私たちは別室に移り、火鉢を囲んで夜の明けるのを待ちます。深く疲れていながらも、不思議に心身共にさわやかに醒め切って。

(上田閑照訳)

執筆者紹介（執筆順）

柴山全慶（しばやま・ぜんけい）　明治二十七年（一八九四）愛知県に生まれる。臨済宗南禅寺派管長。室号、寒松軒。明治四十一年僧籍に入り、大正五年花園学院卒業。のち南禅寺派本山専門道場に掛錫、河野霧海の室に入って参禅。昭和十三年禅門高等学院教授、十四年臨済学院（花園大学）教授、十五年大谷大学教授となり、禅宗学講座を担当。近代的知性を具えた禅僧として知られていたが、二十三年一派の推薦を得て、南禅寺専門道場の師家となり、生師霧海に嗣法。三十四年本派管長となる。その香り高い名文は出版界でも有名であり、『臨済禅の性格』『十牛図』『訓註無門関』『禅心禅話』等の著書がある。先年来欧米を巡錫すること再度、各大学での禅講演の評判はすこぶる高い。現在は僧堂を法嗣勝平宗徹に譲る。

榑林皓堂（くればやし・こうどう）　明治二十六年（一八九三）静岡県に生まれる。大正五年曹洞宗大学卒業。宗教学専攻。現在駒沢大学教授、仏教学部長。『道元禅入門』『禅を語る』『道元禅の研究』『禅の目ざすもの』などの著書がある。

大森曹玄（おおもり・そうげん）　明治三十七年（一九〇四）山梨県に生まれる。臨済宗天龍寺派高歩院住職。室号、無依室。道号、的翁。大正十二年日本大学修了、在学中より直心影流第十五世山田一徳斎に剣道を学び、剣道家として世に立とうと志し、体軀の小なるを精神力で補おうとして、大正十四年天龍寺関精拙の門に入って参禅。精拙またよく国士として遇し師資証契したが、不幸その遷化にあい、引続き師兄牧翁に請益、昭和二十一年その印記を得た。その間、昭和九年頭山立助を盟主として直心道場を創立、武道を中心に青年教育に当ったが、終戦で解散。二十一年牧翁に得度を受けて僧籍に入り、二十三年東京東中野の高歩院に住職した。爾来在家禅会鉄舟会を主宰、その師家として、東都の禅界に重きをなしている。

秋月龍珉（あきづき・りょうみん）　大正十年（一九二一）宮崎県に生まれる。昭和二十六年東京大学文学部哲学科卒業。伝統禅の修行を志し、宮田東珉、古川堯道、苧坂光龍、大森曹玄の諸師に参じ、居士身をもって臨済正宗大事了畢。現在、財団法人禅文化研究所禅宗学担当所員。月刊誌「大乗禅」主幹。他に、在家禅会真人会、お茶の水女子大掬水会、私塾龍胆禅塾等を主宰する。

加藤隆芳（かとう・りゅうほう）　大正三年（一九一四）栃木県に生まれる。臨済宗妙心寺派瑞巌寺専門道場師家。室号、五雲軒。妙心本山蟠桃院の徒弟となり。昭和九年三月天龍寺本山僧堂に掛錫、関精拙の鉗鎚を受け、その引退後は現師家牧翁の室

に入り、召集を受けて南方の戦線に出陣、ふたたび僧堂に帰って、前後在錫十四年、蟠桃院の住職となり、のち牧翁の印記を得て嗣伝、瑞巌寺僧堂師家となる。妙心寺きっての法式通として名高く、また貼案（精進料理）の大家としても知られる。『禅を語る』（坐禅和讃講話）、『まことの智恵』（般若心経提唱）等の著書がある。

笛岡自照（ふえおか・じしょう）　明治三十八年（一九〇五）静岡県に生まれる。昭和五年駒沢大学仏教学科卒業。昭和九年から三十五年まで曹洞宗大本山永平寺で講師をつとめる。現在、京都府下宝泉寺住職。『禅門の食事訓』『道元禅師御伝記』『永平寺』『道元禅師御旧蹟めぐり』などの著書がある。

北原隆太郎（きたはら・りゅうたろう）　大正十一年（一九二二）神奈川県に生まれる。昭和二十八年京都大学文学部哲学科卒業。現在FAS協会理事。編著『北原白秋詩集』（角川文庫）がある。

辻村公一（つじむら・こういち）　大正十一年（一九二二）静岡県に生まれる。昭和二十一年京都大学文学部卒業。哲学専攻。現在京都大学教授。ハイデッガー『有と時』（河出書房）『根拠律』（創文社）の訳の他、論文「ハイデッガーの根本経験」などがある。

上田閑照（うえだ・しずてる）　大正十五年（一九二六）東京に生まれる。昭和二十四年京都大学文学部卒業。哲学、宗教学専攻。現在京都大学助教授。「マイスター・エックハルト研究」（独文論文）、A・シュヴァイツァー『カントの宗教哲学』（共訳、白水社）などの著訳書がある。

平田高士（ひらた・たかし）　大正十三年（一九二四）京都に生まれる。昭和二十五年京都大学文学部卒業。印度哲学専攻。現在花園大学教授、天龍寺宗務総長。久松真一『東洋的無』をドイツ語訳している。

鹿野治助（しかの・じすけ）　明治三十四年（一九〇一）山形県に生まれる。昭和二年京都大学文学部卒業。ギリシア哲学専攻。大阪市立大学教授を経て、現在大阪医大教授。『ストアの哲人達』『プラトン・ブルギアース』（以上弘文堂）『プラトン・ソピステートス』（岩波書店）などの著書がある。

片岡仁志（かたおか・ひとし）　明治三十五年（一九〇二）北海道に生まれる。昭和二年京都大学文学部卒業。教育学専攻。京都大学教授を経て、現在華頂短大教授。

辻　雙明（つじ・そうめい）　明治三十六年（一九〇三）岐阜県に生まれる。昭和二年東京商科大学卒業。参禅を志して円覚寺堯道の門に入り、十二年雙明という居士号を授けられ、二十四年五月布鼓庵（ふこあん）の室号とともに嗣法を許された。同年八月雲巌寺

憲道について出家得度を受け、雙明を僧名とし、元要という道号を授けられる。街頭の禅を唱えて、不二禅会・帰一協会等を興し、三十八年東京代々木に不二禅堂を創設、その初代師家となった。『禅の道をたどり来て』『街頭の禅』『禅骨の人々』『禅宗教についての十五章』（以上春秋社）等の著書による文書伝道でも知られている。

西谷啓治（にしたに・けいじ）　明治三十三年（一九〇〇）石川県に生まれる。大正十三年京都大学文学部卒業。哲学専攻。現在京都大学名誉教授、大谷大学教授。『根源的主体性の哲学』『神と絶対無』『ニヒリズム』（以上弘文堂）『宗教とは何か』（創文社）などの著書がある。英文雑誌"Eastern Buddhist"の編集をして世界の仏教研究者と研究の交流をはかっている。

森本省念（もりもと・しょうねん）　明治二十二年（一八八九）大阪市に生まれる。大正四年京都大学文学部卒業。西田幾多郎門下の禅者として久松抱石と並び称される。居士として早く相国寺独山に参禅、つづいて大耕の室に入り、印可を得て大耕に嗣法。室号、孝慈室。孝をもって聞え、老母の身辺に仕えること多年、仏飯をもって母を養うを潔しとせずして居士身のまま、ほとんど寺男同然の修行生活のかたわら、二、三の大学に教鞭をとったこともある。のち妙心寺派の僧籍に入り、相国寺大耕の室を罷参ののち、母と共に戦禍を伊深正眼寺に避けたが、先師独山の師、天龍峨山の禅の淵源を探すべく、正眼寺逸外の室に請益もした。そののち独山下の師兄、梅谷香州の遺嘱によって、長岡禅塾の師家となり、京洛の禅界に徳をもって鳴る。故鈴木大拙博士がその晩年最も尊重された禅匠である。

Lies Groening（リース・グレーニング）　一九〇〇年に生まれる。西独ハンブルグに在住。グンデルト教授、ベンル教授（現ハンブルグ大学日本学主任教授）と親交あり。一九五六年より五九年にかけて二年間京都滞在。相国寺大津櫪堂老師のもとにて禅を学ぶ。一九六六年再度来日、櫪堂老師に参禅をつづける。

講座禅 第二巻 禅の実践

定価七八〇円

昭和四十二年九月二十五日

初版第一刷発行

編 者 西 谷 啓 治

発行者 竹之内静雄

東京都千代田区神田小川町二ノ八

発行所 株式会社 筑 摩 書 房

東京都千代田区神田小川町二ノ八

電話東京(291)七六五一(代表)

振替 東京 四 一 二 三

印刷 暁印刷株式会社

製本 株式会社鈴木製本所